

**Universidad de ciencias de la cultura Física  
y el deporte.**

**Facultad de Cultura Física.**

**“Nancy Uranga Romagoza”**

**Tesis en opción al título académico de  
Máster en actividad física en la comunidad**

***Título:* Plan de actividades físico recreativas  
para incorporar a los jóvenes entre 18 y 25 años  
al juego de béisbol, en el consejo popular Santa  
Lucia municipio Minas de Matahambre.**

**Autor: Lic José Luis Rivera Jiménez**

**Tutora: MSc Marilin Páez Basabe**

**“Año 52 de la Revolución”**

**2011**

# **Pensamiento**

**Revolución es el sentido del momento histórico, es cambiar todo lo que deba ser cambiado, es igualdad y libertad plenas, es ser tratado y tratar a los demás como seres humanos, es emanciparnos por nosotros mismos y con nuestros propios esfuerzos; es desafiar poderosas fuerzas dominantes dentro y fuera del ámbito social y nacional; es defender valores en los que se cree**

**Al precio de cualquier sacrificio; es modestia ,desinterés, altruismo ,solidaridad y heroísmo; es luchar con audacia, inteligencia y realismo; es no mentir jamás ni violar principios éticos ;es convicción profunda de que no existe fuerza en el mundo capaz de aplastar la fuerza de la verdad y las ideas .Revolución es unidad ,es independencia, es luchar por nuestros sueños de justicia para Cuba y para el mundo ,que es la base de nuestro patriotismo, nuestro socialismo y nuestro internacionalismo.**

**Fidel Castro Ruz**

**1ro de mayo de 2000**

# Dedicatoria

**A** toda la comunidad del consejo popular de Santa Lucia que merece alternativas que ayuden a erradicar los problemas existentes.

.

**A** todos mis compañeros y amigos que de una forma u otra fueron partícipe de mi formación profesional.

## **Agradecimiento**

**Expreso mis sinceros gratitudes a los que de una forma u me apoyaron y contribuyeron a mis estudios en esta maestría. En particular mi familia:**

▪

## *ÍNDICE:*

<u>Contenido</u>	<u>Página</u>
Introducción.....	1
<b>Capítulo I: Marco Teórico Referencial</b>	
1.1 Caracterización de la comunidad -----	11
1.2 Caracterización de la recreación comunitaria-----	12
1.3 Caracterización del juego de beisbol con fines recreativos---	16
1,4 Caracterización biológica de los jóvenes -----	21
1,5 Caracterización Psicológica de los jóvenes-----	24
Conclusiones parciales -----	25
<b>Capítulo II: Marco metodológico, análisis de los resultados</b>	
2.1 Caracterización del consejo popular-----	26
2.2 Metodología utilizada en la investigación-----	27
2.3 Análisis de los resultados -----	29
2,4 Caracterización del plan de actividades físico recreativas---	33
2,5 Fundamentación de la propuesta -----	38
2,6 Programación del plan de actividades físico recreativas --	41
2,7 Descripción del plan de actividades -----	42
2,8 Indicaciones metodológicas -----	47
2,9 Control y evaluación del plan de actividades-----	47
3,6 Valoración de la utilidad del plan de actividades -----	49
Conclusiones.....	51
Recomendaciones.....	52
Bibliografía -----	53
Anexos -----	58

# Resumen

La tesis en opción del título de maestría de actividad física en la comunidad titulada : Plan de actividades físico recreativas ,para la incorporación al juego de béisbol de los jóvenes entre 18 y 25 años del consejo popular, Santa Lucia, municipio Minas de Matahambre, se puede plantear que la localidad seleccionada por el autor, se caracteriza por la cantidad de jóvenes entre 18 y 25 años que allí residen ,donde los factores de riesgos que atentan a favor de la indisciplina social son considerados significativos, por lo que el objeto de estudio se determinó que fuese el proceso de recreación en la comunidad ,y el campo de acción la incorporación de los jóvenes al juego de beisbol, teniendo como base que este tipo de actividades constituirían una tradición en las generaciones antecedentes, .en el diagnóstico sobre la situación actual las regularidades estuvieron dadas es la escasa participación en las actividades físico recreativas dado fundamentalmente porque la oferta no respondía a las necesidades ,gustos y preferencias del grupo etario seleccionado., el plan de de actividades estuvo conformado por el desarrollo de competencias de habilidades y el juego de beisbol al flojo .La valoración de la utilidad de la misma se realizo de forma practica constatando los instrumentos aplicados antes y después de la propuesta la cual se realizo en un periodo de 6 meses.

- **Jóvenes**
- **Incorporación a las actividades físicas recreativas**
- **Comunidad**

## **Introducción**

Las nuevas transformaciones que se producen en el país en la dimensión económica, política y social son de gran importancia para la sociedad, de estas transformaciones no queda exenta la práctica del deporte y la recreación. En tal sentido el deporte dejó de constituir un medio de vida y perdió su condición clasista y discriminatoria, para convertirse en derecho del pueblo.

Para hacer realidad esta consigna, se crea en 1961 el “Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación” (INDER), cuya misión desde sus inicios ha sido la de dirigir, coordinar y masificar estas actividades, propagándolas en todas las direcciones, llegando hasta los lugares más recónditos del país y estimulando su práctica como un medio para una vida sana, lo que constituye hoy más que nunca una exigencia para nuestra sociedad, en aras de lograr una población saludable física, multilateral y armónicamente desarrollada. (INDER Ley 59).

En tal sentido nuestro país ha dedicado grandes esfuerzos en la construcción de Escuelas de Profesores de Educación Física, para formar profesionales altamente calificados capaces de abarcar todos los programas e irradiar en todas las esferas, unidos a los CVD y activistas. (INDER 2000-2003).

Posteriormente, con la creación de combinados deportivos, en todos los consejos populares, ha posibilitado la interacción directa con las distintas comunidades, llevando así todos los programas de la cultura física, recreación y deportes, lo que ha permitido incorporar a los miembros de las comunidades, según sus necesidades, gustos y preferencias, a la práctica de estas actividades, unidos al sector de la salud, la cultura y organizaciones políticas y de masas. (INDER 2000-2003).

En Cuba la búsqueda de soluciones a los problemas con la participación social de la comunidad no es cosa nueva ni importada, es algo que se ha ido perdiendo y se necesita recuperar. Analizar la participación de nuestro pueblo en el desarrollo de pequeños micro proyectos locales, corrobora el impulso y el respaldo por parte del gobierno a estas nuevas formas de trabajo en la comunidad, el reconocimiento expreso de su importancia ya que es

considerada la comunidad como el espacio estratégico más importante para el desarrollo del país, de esta forma han surgido diversos proyectos comunitarios , los cuales han tenido como objetivo la satisfacción de las necesidades de subsistencia, pero debido a la difícil situación económica que atraviesa el país, se han acumulado necesidades para las cuales no hay respuesta de inmediato, que agobian a la población y exigen de movilización para su solución.

Pero son pocos los proyectos analizados que se refieren a la satisfacción de necesidades de carácter espiritual, que tiene la comunidad y que de hecho estamos en mejores condiciones de satisfacer de forma inmediata, como son la satisfacción de necesidades de creación, de recreación, de afecto, de participación, de entretenimiento, de protección y de identidad.

La creación de espacios recreativos en la comunidad es una vía de tener a la población en su tiempo libre realizando una serie de actividades, tanto desde el punto de vista recreativo como físico, en aras de lograr una comunidad saludable; las actividades físicas y recreativas desde su creación han sido un instrumentos en el cual los promotores de la comunidad se han basado, por lo que creemos que estos proyectos no es cosa de estos tiempos , sino que dadas las circunstancias por las cuales atraviesa el país se fue perdiendo un poco la realización de esas actividades , en estos momentos es importante el rescate de todas estas tradiciones.

Este deporte con fines recreativos posteriormente se jugaba a la vieja forma del rounders , en Inglaterra en 1830 constituyó una etapa de progreso muy lento, ya en Estados Unidos en la década de los 40 Alexander Cartwright reemplaza las estacas que servían de bases por piedras planas y las colocaron en los sitios designados como estaciones, lugar donde se encuentran actualmente las bases muy pronto las piedras fueron reemplazadas por sacos llenos de arena y el jugador ya no tenía que tocarlo con las manos sino pisarlos con el pie.



El autor revela referente a los inicios del deporte desde el punto de vista recreativo. Que aun se mantiene actualizado el toque de las bases con los pies es la que se mantiene en nuestro béisbol moderno a nivel mundial.

El autor revela que a pesar del perfeccionamiento existente sobre el deporte mencionado, aun se mantiene la base de un grupo de esas reglas creadas donde en los cambios ha estado presente la investigación científica. Las contradicciones surgidas han construido a una mejor aplicación, comprensión y análisis de los fundamentos teóricos que la sustentan.

El béisbol es llamado en Cuba, y por derecho propio, nuestro deporte nacional. Es la actividad de mayor arraigo y tradición en el pueblo cubano desde su inicio en el siglo pasado, allá por los años 1865 o 1866, cuando un grupo de jóvenes cubanos recién llegados de las Universidades Norteamericanas donde cursaban estudios. Comenzaron a practicar este deporte, tuvo gran aceptación entre la juventud, que muy pronto lo convirtió en su entretenimiento favorito.

Implantación del juego de pelota en Cuba, solo constituía un motivo de distracción por los aficionados, no había nóminas de jugadores y los equipos estaban compuestos por jóvenes de las clases sociales más acomodadas.

El béisbol, en lo que a obra social se refiere, integró a jóvenes de todas las esferas sociales y a la formación del carácter de muchos de ellos, que incluso entregaron su vida por la independencia y la libertad de Cuba, ejemplo: Emilio Saborín fallecido en los presidios Españoles, Román Hernández y muchos más que tomaron parte en la guerra libertadora.

Estos campeonatos profesionales continuaron efectuándose hasta 1895, que es cuando continúa la guerra de independencia.

A finales del siglo pasado y comienzos del presente se empieza a practicar este deporte en algunos países del continente norteamericano, por ejemplo un cubano llamado Emilio Cromer introduce el béisbol en Venezuela en el 1895 dos años más tarde en 1897 se practica por primera vez en Puerto Rico, en Colombia se introduce en 1903 y en Panamá ya lo practican los soldados norteamericanos en 1904.

El autor revela que el deporte de béisbol desde sus inicios tuvo gran aceptación entre la juventud como entretenimiento favorito constituyendo un motivo de

distracción para todos los aficionados y jugadores donde no existía nómina de jugadores

En la Habana se celebra el primer campeonato de béisbol aficionado en el 1905, a distancia de algunas instituciones capitalinas, fue fundada la liga nacional de Baseball Amateur de Cuba en el 1914, esta organización celebró sus competencias ininterrumpidamente durante más de 45 años.

Entre los años 1939 y 1944, el béisbol aficionado cubano inicio sus momentos de mayor esplendor con las celebraciones de las primeras series nacionales de béisbol, aficionados en el continente americano, que tuvieron lugar en la Habana en los cuales participaron representaciones de los hermanos países de América Latina entre ellos Venezuela, Nicaragua, Panamá, El Salvador, Honduras, México, Puerto Rico, República Dominicana y otros más como EE.UU.

A partir de 1944 las series mundiales se trasladaron a otros países de América Latina, durante algunos años así fue desarrollándose y la afición asistió masivamente a los parques donde se celebraban los encuentros.

Cuba ha obtenido todos los títulos oficiales que otorga la IBAF; llámese juegos Centro Americanos, Panamericanos, Copas Intercontinentales, campeonatos Mundiales y de los Juegos olímpicos; gracias al desarrollo científico – técnico que ha alcanzado este deporte y a las exigencias en la preparación de los deportistas dentro del entrenamiento deportivo.

Nuestra provincia Pinar del Río constituye una gran potencia del pasatiempo nacional, ostentando varios títulos en esta disciplina, contando con un buen número de jugadores en los equipos que representan a nuestra patria.

La investigación esta encaminada en la elaboración de un plan como aporte practico utilizando como un medio de la recreación físico participativo el juego de béisbol lo que nos permitirá, para su aplicación en la comunidad elaborar conceptos que contribuyan al establecimiento de la teoría establecida para el deporte

## Fundamentación del problema

Dándole tratamiento a las etapas del proceso de investigación el autor inicia la misma explorando la realidad, que nos permitiera determinar el problema social existente en la comunidad relacionado con las actividades físico recreativas de los jóvenes.

Por lo que utilizamos la técnica científica del método de investigación acción y participación (**informantes claves**) que fueron aquel grupo de personas que actualmente son adultos mayores, con experiencia en el deporte del béisbol por haber sido integrantes y espectadores de equipos representativos de la localidad. Que expresaron que sin contar con una estructura sólida, ni con la cantidad de técnicos existentes, por los años 60 la institución INDER con los activistas logró formar varios equipos de béisbol en toda la zona del poblado de Santa Lucía y cuando sonaba el pito de la fábrica Sulfometales avisando el final de la jornada laboral, alrededor de las 4,30pm a 5,00 pm el estadio se llenaba de jóvenes para jugar béisbol al flojo, con medios rústicos creados por ellos por lo que el fin de semana se convertía en una fiesta de pueblo por la cantidad de personas de uno u otro sexo que participaban en estas actividades.

.

Resumiendo la técnica de informantes claves

- Desde inicio de la revolución los juegos de beisbol constituyó una potencia recreativa para los habitantes del consejo popular
- Los activistas de la localidad fueron el factor mas importante para desarrollar el movimiento deportivo recreativo a través del juego de beisbol
- El juego de beisbol al flojo con medios rústicos constituía el móvil recreativo para ambos sexos dentro del consejo popular.

La realidad de lo que estaba sucediendo en la comunidad en cuanto a los jóvenes del territorio es que en su mayoría preferían jugar béisbol por la

tradición histórica que existe en la localidad, mientras que la oferta que tenían no satisfacía las necesidades e incluso ocupaban prioridad los juegos ilícitos, ingestión de bebidas alcohólicas, lo que conllevaba agudizar la disciplina social en los barrios, influyendo estos sucesos directamente en algunos atletas que estaban en la nómina de los equipos para los campeonatos de base, que posteriormente pudieran ingresar a los equipos municipales . Se aplicó el método científico observación para corroborar lo antes expuesto

**Objetivo:** Obtener información sobre el comportamiento de los jóvenes en actividades físicas recreativas en el consejo popular Santa Lucía

### **Análisis de los resultados de la observación científica**

Aspectos a observar # 1 al observar la participación en las actividades físicas recreativas ofertadas por la comunidad se llega a determinar quede un total de jóvenes 425 participaban regularmente en una u otra actividad entre 200 y 240 lo que representa entre el 47 y el 54 % del total

Aspectos a observar # 2 relacionado con las actividades físicas recreativas a las cuales les dedican mayor tiempo, primer lugar pelea de gallo y de perro. , segundo lugar el juego de dómino y en tercer lugar juego de fútbol con vallita siendo el grupo etario con mayores dificultades los jóvenes entre 18 y 25 años. Se evalúan de mal porque de las 4 actividades solo una responde a lo físico recreativo lo que representa 6,6 %

Aspectos a observar # 3 relacionado con los factores de riesgo que atenta contra la disciplina social, en primer lugar tenemos el tabaquismo, segundo el alcoholismo y tercero los juegos ilícitos se evalúa de mal por que de los 425 jóvenes que tiene el consejo popular mas de 260 son dependiente de una u otra lo que representa el 60 % o mas de los jóvenes implicados.

Guía de evaluación a las actividades observadas

Total –15 actividades

Bien ---9 o mas = 60 %

Regular---8 a 6 = 40 y el 59 %

Mal -----5 o menos =39 % o menos

Tabla sobre las regularidades de las observaciones

Aspectos a observar	Total de observaciones	60% 9 o más actividades	40 -59% 6 a 8 Actividades	39% O menos de 5 actividades
Caracterización de los jóvenes y participación en las actividades físico recreativas ofertadas	15		x	
Preferencia por las actividades físico recreativas que realizaban en la comunidad	15			x
Factores de riesgos que mas atentan contra la disciplina social en la comunidad	15			x

**El problema científico de la investigación:**

¿Cómo mejorar el proceso de recreación en la comunidad a través de incorporación al juego de béisbol de los jóvenes entre 18 y 25 años del consejo popular Santa Lucia, municipio Minas de Matahambre?

## **Objeto de estudio:**

Proceso de recreación en la comunidad.

.

## **Campo de acción**

Incorporación de los jóvenes al juego de béisbol.

Objetivos: Elaborar un plan de actividades físico recreativas que propicien la incorporación al juego de béisbol de los jóvenes entre 18 y 25 años del consejo popular Santa Lucía municipio Minas de Matahambre.

## **Preguntas Científicas**

1¿Que antecedentes teóricos existen relacionados con la incorporación al juego de béisbol en el proceso de recreación física en la comunidad a nivel internacional y nacional?

2--- ¿Cuál será el estado actual sobre las actividades físico recreativas relacionadas con la incorporación al juego de béisbol, de los jóvenes entre 18 y 25 años del consejo popular Santa Lucía municipio Minas de Matahambre?

3--- ¿Qué plan de actividades físico recreativas proponer relacionadas con la incorporación al juego de béisbol de los jóvenes entre 18 y 25 años del consejo popular Santa Lucía, Municipio Minas de Matahambre?

4--¿Cuál será la utilidad del plan de actividades físico recreativas para la incorporación al juego de béisbol de los jóvenes entre 18 y 25 años del consejo popular Santa Lucía, Municipio Minas de Matahambre?

## **Tareas científicas:**

1—Determinación sobre los antecedentes teóricos existentes relacionados sobre la incorporación al juego de béisbol en el proceso de recreación física en la comunidad a nivel internacional y nacional.

2--- Caracterización del estado actual de las actividades físicas recreativas relacionadas con la incorporación al juego de béisbol, de los jóvenes entre 18 y 25 años del consejo popular Santa Lucía municipio Minas de Matahambre.

3—Propuesta de un plan de actividades físicas recreativas relacionadas con la incorporación al juego de beisbol de los jóvenes entre 18 y 25 años del consejo popular Santa Lucía, Municipio Minas de Matahambre

4----Valoración de la utilidad del plan de actividades físicas recreativas para la incorporación al juego de béisbol de los jóvenes entre 18 y 25 años del consejo popular Santa Lucia, Municipio Minas de Matahambre

## **Métodos científicos utilizados en la investigación**

### **Métodos teóricos**

- Histórico lógico
- Análisis y síntesis
- Inductivo deductivo

### **Métodos empíricos**

Observación  
Encuesta  
Entrevista

### **Métodos estadísticos:**

Estadística descriptiva.

Técnica: (Media, %)

Estadística inferencial

Dócima de proporción

### **Métodos sociales comunitarios**

Investigación acción  
y participación

### **Técnicas participativas**

Informantes claves

## **Población y muestra**

**Población:** 425 jóvenes entre 18 y 25 años (sexo masculino) en el consejo popular

**Muestra:** 142 jóvenes entre 18y 25 años (sexo masculino)

Método de muestreo utilizado: 3 en 1

Probabilística (Aleatoria simple)

**Aporte Teórico:** Consiste en la fundamentación de un plan de actividades físico recreativas, que contribuya a la incorporación al juego de béisbol a los jóvenes entre (18 y 25 años) del Consejo Popular Santa Lucía del municipio Minas de matahambre.

**Aporte Práctico:** Elaboración de un plan de actividades físico recreativas, que contribuya a la incorporación al juego de béisbol a los jóvenes entre (18 y 25 años) del Consejo Popular Santa Lucía municipio Minas de Matahambre

## **Socialización**

La investigación fue presentada:

-La VIII Jornada científica Metodológica de la facultad de Pinar del Río.

-La Jornada Científica investigativa del combinado deportivo #1 Minas de Matahambre.

## **Definición de términos**

**Recreación:** Todas aquellas actividades que el hombre realiza durante sus horas libres, descanso a voluntad propia, en pleno contacto con la naturaleza o en medio diferente a su lugar habitual de origen y que le brinda satisfacción inmediata.

**Actividades físico recreativas:** Aquellas con flexibilidad de interpretación y cambios de reglas que permiten la continua incorporación de formas técnicas y de comportamientos estratégicos, con capacidad de aceptación por parte de los participantes de los cambios de papeles en el transcurso de la actividad, constitución de grupos heterogéneos de edad y sexo, de gran importancia en los procesos comunicativos y de empatía, que puede generar aplicación de un concreto tratamiento pedagógico y de no especialización, ya que no se busca una competencia ni logro completo.

**Plan de actividades físico recreativas:** Son las actividades que se realizan en la comunidad para liberar cargas de tensión nerviosa, aumentar la capacidad de respiración y de circulación e irrigación celebra, también para



oxigenar todos los tejidos del cuerpo, con esto se consumen los excesos de grasas y ayuda la función digestiva y a las de eliminación, además lo recreativo de una actividad no está en la actividad misma, sino en la actitud con la que lo enfrenta el individuo (opcional, voluntaria sin compulsión externa) ayuda al desarrollo y aporte de características positivas a la personalidad a la función educativa y auto educadora, la misma debe estar al alcance de todos independientemente de la edad, sexo, talento y capacidad, lo importante de la actividad no deben ser los resultados, sino la satisfacción de movimiento y el crecimiento personal.

**Comunidad**; Cualidad de común que, no siendo privativamente de ninguno, pertenece o se extiende a varios Conjunto de las personas de un pueblo, región o nación

### **Estructura de la tesis:**

La tesis se encuentra estructurada en dos capítulos

Capitulo # 1 denominado Marco teórico referencial consta de siete epígrafes relacionados entre si, donde el autor transita desde el estudio de la bibliografía consultada hasta la determinación de criterios que asume el autor

Capitulo # 2 denominado metodología, análisis de los resultados y presentación de la propuesta.

# Capítulo #1

## Marco Teórico Referencial

### 1.1 Caracterización de comunidad

**Proveyera, C. (2006). Selección de lecturas sobre trabajo social comunitario.** Establece la siguiente definición:

Comunidad: "Grupo de personas que vive en un área específica cuyos miembros comparten tareas, intereses y actividades comunes, que pueden cooperar o no entre sí".

Otras definiciones un tanto más elaboradas no resuelven del todo las insuficiencias anteriores, como vemos en la del investigador ruso G. Osipov:

"Conjunto de personas que se caracterizan por presentar una comunidad de relaciones respecto a determinado territorio económico y sistema de vínculos económicos, políticos, sociales y otros, que lo distinguen como una unidad de la organización espacial, relativamente independiente, de la actividad vital de la población."

" Una comunidad cuando los sentimientos son primordiales para un grupo. Pues dentro del grupo se convive, se comparten las vivencias y hasta el destino personal de sus miembros

Estamos de acuerdo con el planteamiento del autor, cuando manifiesta que alrededor del concepto "**comunidad**" en la actualidad, lo esencial es lograr establecer un diálogo que propicie el intercambio de experiencias y opiniones sobre la temática que conduzca a conocer nuestra realidad y cómo enfrentar el trabajo en la comunidad y desde la comunidad.

"La comunidad, es un organismo social que ocupa determinado espacio geográfico. Esta influenciada por la sociedad, de la cual forma parte, y a la vez funciona como un sistema, más o menos organizado, integrado por otros sistemas de orden inferior – las familias, los individuos, los grupos, las organizaciones e instituciones – que interactúan, y con sus características e interacciones definen el carácter subjetivo, psicológico, de la comunidad, y a su

vez influyen, de una manera u otra, en el carácter objetivo, material, en dependencia de su organización y su posición – activa o pasiva – respecto a las condiciones materiales donde transcurre su vida y actividad.

Una comunidad se caracteriza por:

- a) Ser un grupo de personas, un agregado social, con un determinado grado de interacción social.
- b) Compartir intereses, sentimientos, creencias, actitudes.
- c) Residir en un territorio específico.
- d) Poseer un determinado grado de organización.
- e) Donde se desarrolla un amplio conjunto de relaciones interpersonales.
- f) Donde tienen un mismo objetivo, cumplen con normas, roles, tienen cohesión.

Los grupos en la vida del hombre y la sociedad tienen un gran significado, es por eso que se le ha dedicado desde hace algún tiempo mucha reflexión y análisis. La sociología al igual que otras ciencias como la filosofía, la pedagogía y la psicología se han dedicado por entero a su estudio, pues todas tienen en su centro al hombre.

Teniendo en cuenta los argumentos antes expuestos es necesaria la puesta en práctica de un plan de actividades físico recreativas para este grupo de edades que garantice sus necesidades y preferencias y por ende la ocupación de su tiempo libre.

## **1.2 Caracterización de la recreación comunitaria:**

Con el propósito de lograr mayores opciones de actividades físicas recreativas donde se le de respuesta a los intereses y motivaciones de los jóvenes pueden realizarse según **Pérez, A (2003)**, de forma individual u organizada; la forma de realización individual supone que el iniciador y organizador de la actividad es un individuo o grupos de personas, los cuales garantizan el plan, medios técnicos, recursos y el conocimiento técnico de la actividad a un nivel adecuado a las exigencias de cada actividad, se asume que la dirección de la actividad es asumida por el participante.

Las actividades recreativas bien dirigidas y organizadas, constituyen una actividad sana, alegre y educativa que contribuye positivamente al desarrollo psíquico-físico y social de los jóvenes, también esta debe garantizar todos los recursos, tales como equipos, instalaciones, personal técnico y de servicios, programas de actividades, en general una gestión que en lo fundamental estará en función de los protagonistas del proceso.

Para una mejor utilización, se debe realizar con una buena orientación, así como una variada gama de actividades adecuadas a las características de las personas las cuales podrán participar en compañía de sus amigos familiares, etc.

**CITMA. (1996). Proyecto de trabajo comunitario integrado.** Define la actividad físico recreativa como aquella condición emocional interior del individuo que emana de las sensaciones de bienestar y de propia satisfacción proporcionada por la preparación, realización y/o resultados de alguna de las variadas formas de actividad física (con fines no productivos, militares, terapéuticos) existentes”.

En tal sentido este autor relaciona la recreación con actividades físicas con fines recreativos que en general brindan bienestar al individuo.

Las aportaciones realizadas por diferentes autores citados por gaceta electrónica técnica especializada en recreación Vol. IV, Núm. 24 parten de los elementos que determinan las características de las actividades físico recreativas pero que dificultan su catalogación, coincidiendo en los siguientes aspectos:

- Se efectúan libre y espontáneamente.
- Estructuran el ocio, dejando un sedimento positivo en lo formativo y en lo social.
- Ayudan a liberar y/o a contrarrestar tensiones propias de la vida cotidiana.
- No esperan un resultado final, sólo busca el gusto por la participación activa, por el disfrute e implicación consciente en el propio proceso.
- Dan la ocasión de mover el cuerpo. Aunque su principal objetivo no es el esfuerzo físico, hay que reconocer que la verdadera identidad se alcanza llegando a ser hábil.
- Permite y fomenta los aprendizajes bien de habilidades y/o técnicas, bien de actitudes.

- Busca una actividad física lúdica, la persona que juega es más importante que la que se mueve.
- La cohesión y cooperación de los componentes del grupo es determinante para el buen desarrollo de la actividad, por lo que jugar con los demás es más importante que jugar contra los demás.
- Se busca la reducción del espíritu competitivo. No exclusión, sino evitar que sea la finalidad.
- Ha de despertar la autonomía de los participantes en las decisiones de inicio, organización y regulación de la actividad.
- Las reglas pueden ser creadas y/o adaptadas (según las personas o la situación) por los propios participantes.
- Se utiliza la variedad de actividades como atracción. Existen múltiples posibilidades de opción en cuanto al tipo de actividades, cómo practicarlas, dónde, con qué, cuándo.

Al respecto, estos elementos dan la posibilidad de adecuarlos a diferentes necesidades, propósitos, marcos sociales y condiciones organizativas y de realización en correspondencia con las posibilidades de utilización del tiempo libre de los participantes, aunque no especifican la característica de los mismos.

, definen como actividades físico recreativas a:

“Aquellas con flexibilidad de interpretación y cambios de reglas que permiten la continua incorporación de formas técnicas y de comportamientos estratégicos, con capacidad de aceptación por parte de los participantes de los cambios de papeles en el transcurso de la actividad, constitución de grupos heterogéneos de edad y sexo, gran importancia de los procesos comunicativos y de empatía que puede generar aplicación de un concreto tratamiento pedagógico y no especialización, ya que no se busca una competencia ni logro completo”.

Existe coincidencia de criterios con el concepto de estos autores, ya que se considera que las características de la propuesta se corresponden con el mismo, dando la posibilidad de utilización de estas actividades en fines educativos determinados como los que se necesitan en esta comunidad para estas edades.

Sobre la actividad física recreativa se considera, a aquella que posibilita la ejercitación de actividades de movimiento del cuerpo, en particular las

relacionadas con sus habilidades motrices básicas en un contexto recreativo, dando satisfacción a necesidades de tipo fisiológico, espiritual, educativo y social, en diversos momentos de la vida del hombre.

No es ajena a este tipo de actividades, las cuales pueden incluirse tanto en el contexto institucional como no institucional, en este sentido, las actividades físico- recreativas son una forma de organización, que pueden contribuir al desarrollo de los adolescentes.

La actividad físico- recreativas de manera organizada son generadores de los valores que esta sociedad reclama o de la violencia y otras conductas negativas que tanto rechaza nuestro pueblo. No obstante hablar de actividad física y de ejercicio físico es hablar de salud, es hablar de formación del carácter, es hablar de hábitos sanos, no es hablar de campeones Olímpicos y Mundiales es hablar de plenitud de salud, de capacidad de estudio.

Esto nos lleva a considerar la actividad física en lo tradicional y como vía para optimizar al ser humano, para nosotros las actividades físico-recreativas en la ocupación del tiempo libre de los adolescentes es factor educativo, pues promueve una cultura hacia la salud física y mental de los adolescentes, facilitando una mayor integración familiar y social, mejorando la calidad de vida de quienes lo practican.

En el ámbito de la dirección de las organizaciones o los sistemas, la práctica de la actividad física y el deporte constituye el proceso a través del cual las organizaciones básicas del sistema satisfacen las necesidades humanas que generan su razón de ser. Tomando en consideración que las organizaciones básicas del sistema satisfacen esas necesidades a través de los servicios de actividad física y deporte, hemos de reconocer la práctica de actividad física como el proceso esencial del servicio de actividad física y deporte.

Podemos significar que el proceso general que caracteriza el sistema de Cultura Física y deporte en sus diferentes niveles de sistematicidad y también a través del cual el hombre manifiesta un tipo específico de actividad humana, se denomina: Práctica de actividad física.

### **Relación necesidad-satisfacción.**

Las necesidades asociadas a la práctica de actividad física y deporte generan lo que conocemos como demanda de actividad física y deporte.

La demanda surge como resultado de la conjugación de las necesidades

individuales y sociales, las cuales se complementan e influyen dialécticamente. La satisfacción de la demanda se intenta solucionar a través de la oferta de actividad física y deporte que realizan las organizaciones básicas del sistema de cultura física.

La oferta se verifica por medio de los servicios de actividad física.

Es precisamente a través de la relación necesidad-satisfacción expresada en términos de demanda-oferta lo que permite visualizar el marco regulador del funcionamiento global del sistema: la relación servicio-mercado.

Si queremos una expresión menos empresarial y más ajustada al sector oficial podemos utilizar la relación servicio-destinatario, aunque a nuestro juicio, aun cuando el servicio puede ser enteramente gratuito, los procesos de oferta-demanda o demanda-oferta hacen que la dinámica del sistema opere bajo ciertas regulaciones del mercado.

### **1.3 Caracterización del juego de béisbol con fines recreativos.**

**Ealo de la Herran, Juan (2006)** El béisbol como se conoce en todo el mundo surge en Estados Unidos de norte América a partir de dos juegos ingleses, el rounder y el cricket. Este último consistía en batear una pelota lanzada y realizar un recorrido de ida y vuelta tocando dos estacas encajadas en el terreno, colocadas detrás del lanzador y el bateador, al aumentar el número de participantes hubo que aumentar el número de estacas y el bateador era retirado si era golpeado por la pelota lanzada por el fildeador.

El béisbol en sus comienzos se jugaba a la vieja forma del rounder o pelota popular que se jugaba en Inglaterra en 1830 la cual fue una etapa de progreso muy lento.

En Estados Unidos en la década de los 40 Alexander Cartwright reemplaza las estacas por piedras planas y las colocaron en los sitios designados como estaciones, muy pronto las piedras fueron reemplazadas por sacos llenos de arena y el jugador ya no tenía que tocarlo con las manos sino pisarlos con el pie.

Primeramente este deporte se jugaba con las reglas que ponían los capitanes de equipo, apto seguido el Comité designado presentó su proyecto sobre las reglas del béisbol y Cartwright su diseño sobre el terreno y fueron aprobados. A

medida que pasaron los años estas reglas fueron modificándose hasta que en los años 1950 -1981 se crean las reglas con que este deporte se comienza a practicar como tal. A finales del siglo pasado y comienzos del presente se empieza a practicar este deporte en algunos países del continente norteamericano, por ejemplo un cubano llamado **Emilio Cromer** introduce el béisbol en Venezuela en el 1895 dos años más tarde en 1897 se practica por primera vez en Puerto Rico, en Colombia se introduce en 1903 y en Panamá ya lo practican los soldados norteamericanos en 1904.

El béisbol como se conoce en todo el mundo surge en Estados Unidos de norte América a partir de dos juegos ingleses, el rounder y el cricket. Este último consistía en batear una pelota lanzada y realizar un recorrido de ida y vuelta tocando dos estacas encajadas en el terreno, colocadas detrás del lanzador y el bateador, al aumentar el número de participantes hubo que aumentar el número de estacas y el bateador era retirado si era golpeado por la pelota lanzada por el fildeador.

El béisbol en sus comienzos se jugaba a la vieja forma del rounder o pelota popular que se jugaba en Inglaterra en 1830 la cual fue una etapa de progreso muy lento.

En Estados Unidos en la década de los 40 Alexander Cartwright reemplaza las estacas por piedras planas y las colocaron en los sitios designados como estaciones, muy pronto las piedras fueron reemplazadas por sacos llenos de arena y el jugador ya no tenía que tocarlo con las manos sino pisarlos con el pie.

Primeramente este deporte se jugaba con las reglas que ponían los capitanes de equipo, apto seguido el Comité designado presentó su proyecto sobre las reglas del béisbol y Cartwright su diseño sobre el terreno y fueron aprobados. A medida que pasaron los años estas reglas fueron modificándose hasta que en los años 1950 -1981 se crean las reglas con que este deporte se comienza a practicar como tal. A finales del siglo pasado y comienzos del presente se empieza a practicar este deporte en algunos países del continente norteamericano, por ejemplo un cubano llamado Emilio Cromer introduce el béisbol en Venezuela en el 1895 dos años más tarde en 1897 se practica por



primera vez en Puerto Rico, en Colombia se introduce en 1903 y en Panamá ya lo practican los soldados norteamericanos en 1904.

El béisbol es llamado en Cuba, y por derecho propio, nuestro deporte nacional. Es la actividad de mayor arraigo y tradición en el pueblo cubano desde su inicio en el siglo pasado, allá por los años 1865 o 1866, cuando un grupo de jóvenes cubanos recién llegados de las Universidades Norteamericanas donde cursaban estudios. Comenzaron a practicar este deporte, tuvo gran aceptación entre la juventud, que muy pronto lo convirtió en su entretenimiento favorito.

En el 1874 se organizaron los dos primeros equipos de béisbol, así sucesivamente se fueron formando diferentes equipos en los distintos barrios y municipios aunque también en algunas provincias como Ciudad de la Habana, Matanzas, Pinar del Río y otras ciudades del interior del país. El 27 de diciembre de 1874 se celebró el primer juego de béisbol entre dos equipos organizados en el Palmar de Junco provincia de Matanzas, enfrentándose Habana y Matanzas, en este mismo terreno se había ofrecido un encuentro de exhibición entre la tripulación de un barco norteamericano y un grupo de obreros portuarios.

El 29 de diciembre de 1978 se inaugura en los terrenos de tulipán, en el cerro el primer campeonato de béisbol celebrado en Cuba, con la participación de tres equipos: Habana, Almendares y Matanzas. En un inicio la implantación del juego de pelota en cuba, solo constituía un motivo de distracción por los aficionados, no había nóminas de jugadores y los equipos estaban compuestos por jóvenes de las clases sociales más acomodadas.

A medida que pasaron los años, el juego dejó de ser un privilegio de las clases sociales elevadas.

El béisbol, en lo que a obra social se refiere, contribuye a integrar a jóvenes de todas las esferas sociales y a la formación del carácter de muchos de ellos, que incluso entregaron su vida por la independencia y la libertad de Cuba, ejemplo: Emilio Saborín fallecido en los presidios Españoles, Román Hernández y muchos más que tomaron parte en la guerra libertadora.

Estos campeonatos profesionales continuaron efectuándose hasta 1895, que es cuando continúa la guerra de independencia. Entre los años 1939 y 1944, el

béisbol aficionado cubano inicio sus momentos de mayor esplendor con las celebraciones de las primeras series nacionales de béisbol, aficionados en el continente americano, que tuvieron lugar en la Habana en los cuales participaron representaciones de los hermanos países de América Latina entre ellos Venezuela, Nicaragua, Panamá, El Salvador, Honduras, México, Puerto Rico, República Dominicana y otros más como Estados Unidos de Norte América.

A partir de 1944 las series mundiales se trasladaron a otros países de América Latina, durante algunos años así fue desarrollándose y la afición asistió masivamente a los parques donde se celebraban los encuentros.

Después del triunfo de la revolución el desarrollo del béisbol alcanzó niveles, que apoyados en los principios del nuevo régimen de participación deportiva y partiendo de la masividad como elemento fundamental que consagra el derecho de todos los ciudadanos a la práctica sistemática del deporte, a logrado que los campeonatos lleguen a todos los rincones del país y resulten verdaderas competencias nacionales.

**Origen y desarrollo del béisbol en Pinar del Río como actividad recreativa**  
**Martínez de Osaba Goenag (2002)** Donde se ha jugado pelota en el municipio Pinar del Río antes del triunfo de la Revolución.

El deporte más popular y decano que ha practicado en nuestro país es el béisbol, que a partir de 1900 comienza a jugarse en Pinar del Río en cualquier lugar y por todas las esferas sociales.

Podemos asegurar sin temor alguno a equivocarnos que los niños y la juventud en el municipio antes del triunfo de la Revolución, solo contaba para dar riendas sueltas a sus inquietudes deportivas con los “legendarios solares yernos “ que rodeaban la ciudad pinareña, entre aquellos y como justo reconocimiento a su historia recordamos los de: La Flora , Garmendia, Loma del cuartel, Obras públicas, El Faustino y algún otro de menor valor de uso; en ellos se formaron los primeros atletas pinareños que posteriormente, y ya contando con otros más modernos y funcionales instalaciones, sobresalieron notablemente y conformaron sus equipos , compartiendo a distintos niveles y brindando al pueblo momentos de gran regocijos y de éxitos realmente históricos .

Es justo mencionar algunos de aquellas nuevas instalaciones debidos todos a iniciativas privadas entre ellas podemos mencionar: El histórico Martí Park, primer estadio de pelota construido en le municipio pinareño en 1921, el cual consistía en un terreno cercado con pequemos glorietas de madera que podía acomodar a 600 personas y se encontraba situado en el km 1, carretera Luís Lazo; el 3 de Junio de 1928 se inaugura el estadio del “Instituto de segunda enseñanza” situado en Luz Zaldívar esquina a Garmendia, con capacidad para 1600 personas, el más grande construido, antes del triunfo de la revolución, allí se desarrollaron varios juegos entre el equipo del instituto ( Los Tigres ) y el Tejar de Pinar del Río, estos también se enfrentaron contra equipos habaneros como el Mazorra, El Club Atlético, Jabón la Llave , Fortuna de la Habana, club de Artemisa etc. También se jugó pelota en el estadio “Atenas occidental” conocido como “Atenas Park”fundado en 1928 y el estadio “La Polar” inaugurado el 16 de Abril de 1939. En los años de 1944-25 existía en la capital provincial varios estadios como el “Internacional” ubicado en sol y Recreo.

Mas cercanos tiempos el escenario beisbolero estuvo situado en la “Finca Borrego” nombre que lleva en la actualidad, otros topes se desarrollarlo en el campo deportivo “tuto Vázquez”.

Con el triunfo de la Revolución, los juegos además del estadio “El Borrego “, también se jugó en el Ateneo Deportivo, primera instalación deportiva creada por la Revolución e inaugurada el 26 de Julio de 1961 ( hoy E S P A) hasta la creación del estadio Capitán San Luís el 19 de Enero de 1969.

En la etapa de 1922-al 25 el pueblo de Minas de Matahambre y peloteros acostumbrados a jugar donde hubiera espacio sin elevaciones, viviría en solo un rato suceso de marca mayor. Nadie quedaba en casa por falta de opciones debido al show. Desfilaron desde zonas aledañas en caballos y buenas piernas. No hubo carretera en condiciones ni vehículos a la orden del día, propia del nacimiento de cualquier competencia. A fin de cuentas el trabajo siempre fuera del pozo, donde muchos lograron buen prestigio. En casa se oía la algarabía de la añorada instalación, padres e hijos avanzaron poco más de cien metros hasta el estadio. Tras saludos de rigor, se dispusieron a presenciar el espectáculo que dejaría inaugurado un emblemático y rustico parque beisbolero.

## **Origen y desarrollo del béisbol en Santa Lucia municipio Minas de Matahambre como actividad recreativa**

**Martínez de Osaba Goenag (2002)** Corría el mes de Enero de 1944, plena guerra mundial por la zona santaluseña estaba asentada una base de submarinos norteamericanos, con noventa y seis tripulantes que se sentían en casa. Llegaron al pueblo y acordaron jugar contra los temibles Verdugos. Designaron a Ramón Pérez, conocido como Mongorí, la impartición de justicia detrás del lanzador, como se hace en los juegos de maniguas.

No cabía otra alma en la instalación, los que quedaron fuera buscaron la forma de parapetarse en techos aledaños sobre las cercas. Las cosas marcharon normales, buen duelo de lanzadores, jugadas superiores por los de casa; el juego avanzó.

Sexto inning los norteños pusieron dos hombres en bases. EL robusto y colorado Yanqui toco la bola fue cerca del lanzador, cuyos ojos parecieron salirseles de sus orbitas cuando vio la esferide entrar cómodamente en aquel hueco de cangrejo. Todos dieron la vuelta al cuadro incluso hasta el corredor.

### **1.4 Caracterización biológica de los jóvenes**

**Mazorra, R. (1988).**" Es evidente que muchas delas actividades que realizan los jóvenes se llevan a efecto en la comunidad existiendo un grupo de irregularidades que limitan las opciones que se brindan para el disfrute de las actividades la práctica del ejercicio físico favorece diferentes sistemas cardiovasculares tales como:

#### **Metabolismo de los lípidos:**

- Desarrollo de habilidades verbales.
- Genera estados mentales positivos, como el optimismo, la seguridad de si mismo, la autoestima y la tranquilidad personal.
- Estimula los centros nerviosos superiores.
- Estimula la concentración por obtención de metas y fortalece la personalidad.
- Se desarrollan habilidades y procesos del ámbito cognoscitivo. Tales como, atención, razonamiento lógico, inteligencia, creatividad y otros.

- Aumento gradual de la resistencia ,la fuerza y el equilibrio de los procesos de excitación e inhibición
- Mejora la memoria y las funciones de los analizadores visuales y auditivos
- Aumenta la velocidad de las reacciones
- Aumento en la formación y consolidación de los reflejos condicionados y sus relaciones
- Aumenta de la capacidad de reacciones complejas
- Aumentan los movimientos que requieren de una elevada capacidad de coordinación y precisión

### **Sistema cardiovascular**

- Aumento de la función contráctil del músculo cardíaco
- Mejora el funcionamiento de los vasos capilares
- Elevación de los niveles de la presión arterial (sistólica y diastólica).
- Aumento de los niveles de presión del pulso.
- Incremento de los niveles de volumen por minutos
- El tiempo general de flujo sanguíneo se eleva
- La cantidad de sangre circulante y su cantidad de hemoglobina aumenta

### **Sistema respiratorio**

- La frecuencia respiratoria se incrementa más rápidamente que la cardíaca.
- La ventilación pulmonar y el consumo de O<sub>2</sub> varían de acuerdo al ritmo del juego.
- Aumento gradual de la elasticidad en el tejido pulmonar.
- Mejora la vitalidad de los pulmones.
- El entrenamiento sistemático conduce al incremento de las posibilidades anaeróbicas del organismo y en menor grado a las posibilidades aeróbicas según V.A. Danilov.

### **Sistema osteo muscular**

Mejoramiento en lo relacionado con la amplitud de los movimientos debido aun aumento de la movilidad articular, los músculos en sentido general se fortalecen y aumentan de tono muscular.

La adaptación del organismo a la influencia de los esfuerzos físicos a través del juego, al igual que todo otro estímulo, tiene carácter físico, en el organismo y en el metabolismo se destacan dos etapas: de adaptación: la etapa de adaptación urgente y la adaptación de larga duración (crónica)

La etapa de adaptación urgente es la respuesta inmediata del organismo a la acción única del esfuerzo físico alas modificaciones del metabolismo energético y de las funciones del servicio vegetativo vinculadas a este, se logra por participación de los sistemas energéticos y el pago de deuda de oxígeno.

La etapa crónica (larga duración) comprende un gran lapso de tiempo y tiene como base a la adaptación urgente: huellas dejadas por los ejercicios físicos repetidos se relacionan con los cambios estructurales y funcionales en el organismo que aumentan las posibilidades adaptativas de este ,se logra por la activación del aparato genético de las células y la intensificación de la síntesis de proteínas

El desarrollo del esqueleto produce irregularmente y las funciones del cuerpo alcanzados en la edad de la etapa anterior varia con un crecimiento lapido de los huesos de la columna y de las extremidades, se observa en retroceso en el esqueleto de caja torácico que se vuelve estrecha con relación al cuerpo alcanzado.

Se observa una desproporción en el desarrollo de los músculos y los huesos ,el desarrollo de los músculos se atrasan en relación con el crecimiento de los huesos en el periodo de maduración sexual en las niñas a los 13 y 14 años y en los varones a los 14- 15 años )aumenta la fuerza muscular que aun no se ve acompañada del desarrollo de resistencia muscular

Los ritmos del crecimiento del corazón dejan atrás EL CRECIMIENTO DE TODO EL CUERPO .La masa del corazón durante este periodo aumenta mas de dos veces.

El periodo de la maduración sexual introduce grades cambios en la actividad vital del organismo

La carrera es el elemento predominantes de numerosos juegos por lo tanto se puede aprovechar para ejercicios de rapidez y resistencia en ello se estimula

excelentemente todo el metabolismo y se fortalece de forma extraordinaria los órganos internos

## **1.5 Caracterización psicológica de los jóvenes**

**Petrovski, A. V. (1978).** En la sociedad moderna la población de adolescentes ha alcanzado una cifra relevante casi la cuarta parte de la población mundial para hacer mas fácil el análisis de todas las nuevas formas que va adquiriendo el proceso de desarrollo de la adolescencia tanto desde el punto de vista biológico .como psicológico y social esta se suele separar en tres periodos adolescencia inicial o temprana PRE adolecía para algunos autores

Adolescencia media adolescencia propiamente dicha **Adolescencia tardía.**

En ambos sexos el desarrollo puberal alcanza las características del adulto durante esta etapa se producen un acercamiento ala familia y cesan los conflictos cuando el joven logra alcanzar su añorada independencia .hay cierta tendencia a sustituir el grupo por la relación de pareja, sin que este deje de tener importancia.

Se logra mejor control de los impulsos y los cambios emocionales son menos intensos, al mismo tiempo que disminuye la ambivalencia y egocentrismo .la adquisición del pensamiento abstracto del adulto le permite desarrollar un sistema de valores propios, con metas vocacionales reales .podemos decir que el adolescente establece una identidad personal y social que pone fin a la etapa. Resumiendo los retos que debe enfrentar el adolescentes durante este

- adaptación a los cambios anatómicos y fisiológicos.

- integración de la madurez sexual al modelo personal del comportamiento-
- separación del tutelaje familiar

### **Objetivos de la etapa joven**

Dominar las destrezas deportivas,

Desarrollo cuidadoso de las cualidades motrices,

Usar la deducción por análisis profundo

Participar activamente en el grupo,

Buscar hábitos para la práctica deportiva

### **Manifestaciones afectivas en las actividades físicas**

Se acentúan los rasgos del carácter  
Gran integración en el grupo y en la sociedad  
Manifestaciones de voluntad en el chico y de seducción en la chica  
Elección de modelos  
Interés por las actividades sociales, entre ellas deportivas.

### **Manifestaciones cognitivas en las actividades físicas**

Poseen gran capacidad de fijación y de retención  
Facilidad para el aprendizaje  
Predominio del razonamiento analítico

### **Manifestaciones motrices en las actividades físicas**

El joven se fuertemente reforzado en sus características motrices  
El engrosamiento de los músculos le permite una gran ganancia en fuerza y velocidad  
Aborda con más amplitud el desarrollo de la resistencia.

## **Conclusiones parciales**

1— El autor asume los criterios de **Pérez, A (2003)**, El cual plantea que actividades físico recreativas No son mas que el resultado de la planificación según las características del grupo objeto, seleccionado, donde se debe tener en cuenta los gustos y preferencias que puedan dar respuesta a las necesidades del mismo sobre la base de los requisitos anteriores los cuales estimulan el ingreso de otras personas.

2—El autor asume Los criterios del Profesor **Juan Ealo de la Herran (2005)** **Juan Martínez de Osaba** que plantea que desde el punto de vista internacional y nacional el juego de beisbol con fines recreativos se encuentra vigente desde finales del siglo pasado en sus inicios como entretenimiento favorito de los jóvenes cubanos que estudiaban en E:U en la actualidad constituye el deporte predilecto de la mayoría de las personas en el mundo y en cuba sumando cada día mas admiradores ..



## **CAPITULO 2**

### **Metodología, análisis de los resultados y propuesta.**

#### **2.1 Caracterización del consejo popular de Santa Lucía municipio Minas de Matahambre.**

El consejo popular de Santa Lucía se encuentra ubicado al norte del municipio de Minas de Matahambre, limita al norte con el golfo de México, al sur con el consejo popular de Minas, al este con las circunscripciones no incluidas Rio del medio y la Lanza, al oeste con el municipio de Viñales, posee una población que asciende a 3772 habitantes y una extensión territorial de 47.98 km y una densidad poblacional de 94 habitantes por km.

Este consejo cuenta con 8 circunscripciones de las cuales 6 son urbanas y 2 rurales, contamos además con 9 núcleos zonales del PCC, 11 zonas con 84 CDR, 7 bloques de la FMC y 35 delegaciones, 6 asociaciones combatientes de la revolución cubana.

Existen en el consejo 4 factores de riesgo los cuales son:

- Alcoholismo
- Tabaquismo
- Indisciplinas sociales
- Deterioro del medio ambiente

La base de pesca y Cayo Jutías, es para la comunidad una zona de vigilancia permanente, pues se ha convertido en una vía codiciada para las personas, que no pudiendo utilizar la vía legal, toman para emigrar del país, además los enemigos de la revolución dejan caer en aguas internacionales drogas que recalcan y aparecen en las costas, siendo encontradas por personas que acuden a esos lugares como pescadores deportivos o bañistas que con frecuencia realizan estas acciones.

Los recursos turísticos se encuentran localizados en zona del litoral costero y los valles montañosos, el punto más importante en el litoral costero lo constituye la playa Cayo Jutías con categoría para el turismo internacional, la misma tiene una extensión territorial de 3.56km de los cuales sólo el 0.68km

está ocupada por área arenosa, Playa y territorios inferiores, mientras 2.86 km lo ocupa el área de manglar.

La longitud total del cayo es de 6.7km y un ancho promedio de 700 m, incluyendo área de manglar, su acceso es a través de un pedraplén que parte del vial circuito norte de la provincia, a 3.5km de Santa Lucía, el resto las playas solo tienen interés local como el caso de Rio del medio y el bañito en Santa Lucía.

En la zona montañosa por la diversidad del paisaje existen posibilidades para el turismo de naturaleza, aunque con limitaciones al no permitírseles actividades dentro de las reservas naturales, la actividad del turismo en el municipio es baja en estos momentos, dada a la carencia de una adecuada infraestructura.

Las áreas deportivas disponibles para utilizarlas en función de las actividades físicas recreativas se encuentran mayormente en las escuelas; baloncesto con uso múltiple con voleibol 4, Fútbol 1, y Béisbol 3, todas en condiciones aceptable, en la etapa veraniega se utilizan las playas para desarrollar actividades físicas recreativas.

## **2,2 Metodología aplicada en la investigación**

### **Métodos Teóricos.**

Posibilitaron a partir de los resultados obtenidos, sistematizarlos, analizarlos, explicarlos, descubrir qué tienen en común, para llegar a conclusiones confiables que permitan resolver el problema. Se utilizaron para la construcción de las teorías, elaboración de las premisas metodológicas.

**Histórico Lógico:** permitió realizar un estudio bibliográfico sobre el juego de béisbol de los jóvenes en la recreación comunitaria en diferentes etapas, analizar los elementos de semejanzas con estudios similares sobre su utilización teniendo presente sus incidencias positivas en la conformación del plan de actividades físico recreativas.

**Análisis Síntesis:** Permitted hacer un estudio detallado del problema de investigación y analizar los contenidos a partir de la valoración de los datos

recogidos, lo que permitió concretar los elementos de los enfoques necesarios para la conformación del plan de actividades recreativas a ofertar.

El método **Inductivo-Deductivo**: fue utilizado para elaborar el objetivo en función de la propuesta de un plan de actividades físico recreativo para el juego de béisbol en los jóvenes entre 18 y 25 años de edad del consejo popular de Santa Lucía

### **Métodos Empíricos.**

Se utilizan para descubrir y acumular un conjunto de hechos y datos como base para dar respuesta a las preguntas científicas de la investigación, pero no son suficientes para profundizar en las relaciones esenciales que se dan en los procesos pedagógicos.

**Observación:** Se realizaron un total de 15 observaciones entre los aspectos a observar se encontraba la participación de los jóvenes, su vinculación a las labores sociales y los principales factores de riesgo que atentaban la conducta social

**Entrevistas:** Se realizó los dirigentes de masas de la comunidad entre los que se encuentran delegados , secretarios de los núcleos zonales del PCC, CDR FMC con el objetivo de conocer la situación actual de los jóvenes y posibles soluciones para disminuir la indisciplina social , que atentaba en contra de la comunidad ..

**Encuesta:** Se aplicó a la muestra de la investigación con el objetivo de conocer sus principales gustos y preferencias deportivas sobre las relacionadas con el juego de béisbol como tradición recreativa.

### **Métodos de intervención comunitaria.**

Permitieron complementar la información necesaria para la constatación del problema existente en la comunidad, así como la confección e implementación de la nueva propuesta.

**Método de intervención acción participativa:** Se aplica en todo momento de la investigación ya la muestra tiene participación directa en cada una de las acciones a realizar ..

**Informantes claves::** Facilitó la información aquellas personas adultas que en diferentes ocasiones ofrecieron sus criterios sobre lo que existió siempre en el territorio y en la actualidad se había perdido así como las causas que ellos consideraban que estaban afectando

### **Métodos Estadísticos.**

Intervienen en la determinación de la muestra a estudiar y en el procesamiento de la información recopilada, facilitando las generalizaciones e interpretaciones que deben hacerse a partir de los datos.

## **2.3 Análisis de los resultados**

### **Análisis de los resultados de entrevista aplicada a la muestra.**

En la pregunta #1 relacionada con la preferencia deportiva de los jóvenes el primer lugar de los entrevistado lo obtuvo el deporte de béisbol con un 62.3%

Mientras que el segundo lugar lo obtuvo el deporte de Fútbol con un 27.7% y el tercer lugar el deporte de Voleibol con un 10%.Quedando demostrado la preferencia de lo jóvenes entre 18y25 años por el deporte de beisbol.

En la pregunta # 2 se refería a la correspondencia entre el deporte seleccionado atendiendo a sus gusto y preferencia y las posibilidades de practicarlo, respondieron positivamente un 16.6 % mientras que el 83.4% , respondieron negativamente , que dando demostrado que existe dificultad entre lo que les gusta y lo que hacen desde el punto de vista físico

En la pregunta #3 relacionada con la selección del horario adecuado para la práctica del deporte según sus gustos y preferencias, el 14.4% prefiere entre 4 a 5.30 PM, mientras que el 85.6%, prefiere entre 5.30 a 7.00PM, quedando demostrado que el horario adecuado es el segundo.

En la pregunta # 4 relacionada con las actividades físico recreativas ofertadas por la comunidad y su acercamiento a las necesidades personales de los jóvenes, respondieron positivo un 8% del los entrevistado mientras que el 92% respondieron negativamente, lo que nos permitió afirmar que las actividades físico recreativas actuales en la comunidad no satisface las necesidades personales de los jóvenes entre 18 y 25 años del consejo popular Santa Lucía.

En la pregunta #5 relacionada con la incorporación de los jóvenes por parte de la muestra en una copa de béisbol inter-barrio, respondieron positivamente el 62 % de los entrevistados lo que les gustaría la actividad mientras que 38 % responde que no .

### **Tabla sobre el análisis delos resultados de la entrevista a los jóvenes entre 18 y 25 años (Ver anexo # 5)**

Contenido de los preguntas	Resultados positivos	Resultados negativos
Deportes preferidos	Béisbol (62,3%)	37,7 %
Correspondencia entre el deporte seleccionado y la practica del mismo	16,6 %	83,4%
Preferencia por del horario para la practica	5,30 a 700PM 85,6 %	14,4 %
AFR ofertadas en la comunidad cubre las necesidades personales de los jóvenes	8%	92%
Le gustaría asociarse a la realización de encuentros de beisbol inter barrios	62 %	38 %

## **Análisis de los resultados de encuesta a los jóvenes entre 18 y 25 años**

La pregunta # 1 referente al gusto por parte de los jóvenes entre 18 y 25 años de la realización de actividades recreativas relacionadas con el deporte béisbol el 98 % de los encuestados responde positivamente mientras que el 2 % plantea que no .lo que demuestra la necesidad de que realicen actividades que coa yuguen al cumplimiento del dicho objetivo.

La pregunta # 2 referente la idea de realizar competencia de habilidades, el 74% de los encuestados respondieron positivamente, evidenciándose aceptación mientras que el 26 % respondieron negativamente.

La pregunta # 3 relacionada con los diferentes tipos de competencias de habilidades de béisbol que los jóvenes prefieren realizar entre las que se mencionan: (fildeos),( carrera de home a primera),(jonrones), (Strike), (tiro al barril), (tiro a las bases), ( vuelta al cuadro).

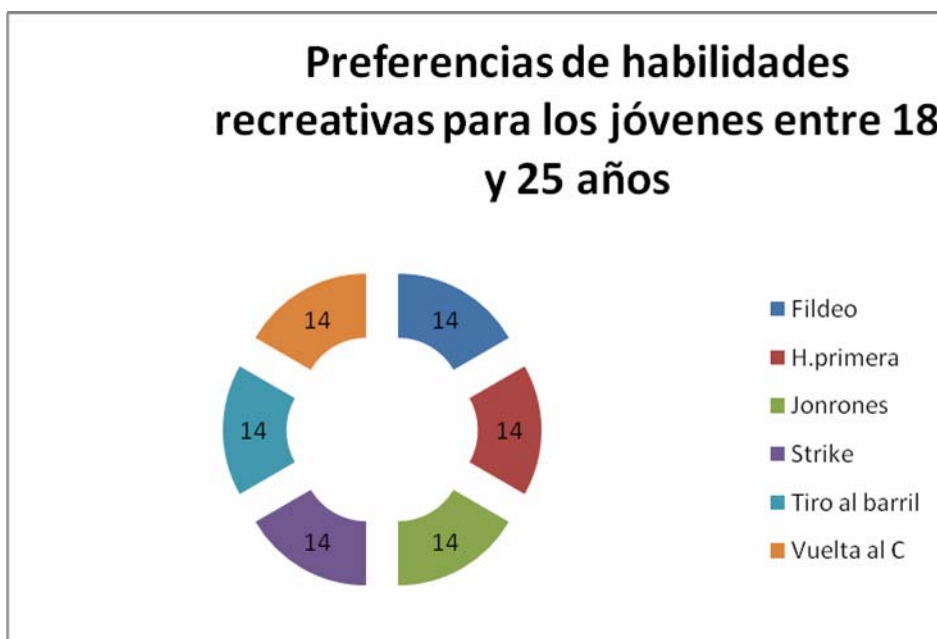
La pregunta # 4 relacionada con la preferencia del juego de béisbol al flojo, el 34% de los encuestados prefirieron el juego al duro, mientras que el 66% se decidieron por el juego al flojo.

La pregunta # 5 relacionada con las posibilidades de afiliarse a un grupo para representar los barrios del consejo popular el 7 % dicen que si mientras que el 93 no se han decidido aun .

### **Tabla sobre el análisis de los resultados de encuesta a los jóvenes entre 18 y 25 años (Ver anexo # 7 y 8)**

preguntas	positivas	negativas
Preferencias por las actividades recreativas Relacionadas con el béisbol	98 %	2 %
Preferencias por las competencias de habilidades Del deporte béisbol.	SI-74 %	NO-26 %

Diga las habilidades relacionadas con el beisbol que usted prefiere	Fildeo, H, primera Jonrones	Strike Tiro al barril Vuelta al cuadro
Preferencias por el juego de béisbol al Flojo	66 %	34 %
Desea afiliarse algún grupo para representar un barrio	7 % -Si	93 %-NO



### **Análisis de los resultados de la entrevista a los directivos**

La pregunta # 1 relacionada con la necesidad de incluir otras actividades para los jóvenes del consejo popular el 12 % responde positivamente mientras que el 88 % responden que no.

La pregunta # 2 relacionada con las actividades físico recreativas ofertadas y la satisfacción de las necesidades de los jóvenes, el 30% de los encuestados expresan que sí y no el 70% reafirmando el nivel de insatisfacción.

La pregunta # 3 relacionada con las actividades predilectas por los jóvenes en la comunidad el 64 % se prefiere actividades de carácter ilegal mientras que el 36 % les gusta el futbolito

### **Tabla análisis de los resultados de la entrevista a los directivos (Ver anexo10)**

preguntas	positivas	negativas
Considera necesario incluir otras actividades físicas recreativo par los jóvenes del consejo popular.	12 %	88 %
Incorporar el juego de beisbol para los jóvenes en el consejo popular será a su juicio una oferta mas o una necesidad	30 % oferta	70 % necesidad
Cuales son las actividades predilectas por los jóvenes en la comunidad	36% Juego de futbolito	64 % Pelea de perros ,gallos domino con fines ilícitos

## **Propuesta del plan de actividades físico recreativas**

### **2.4---Caracterización de Plan de actividades físico recreativas:**

**Del Toro Miguel en el diccionario Larousse plantea que: Plan** significa:. Extracto, apunte, trazo, diseño de una cosa. Intento, proyecto. Por ello el autor después de revisar algunas bibliografías elabora el concepto de plan de actividades físicas recreativas que es la planificación de un grupo de



actividades donde se tiene en cuenta los gustos y preferencias para dar respuesta a las necesidades de un grupo de personas con un fin determinado.

El plan de actividades físico recreativas es el resultado de la planificación y las características del grupo objeto de investigación, se debe tener en cuenta sus gustos y preferencias, para ello el autor asume los criterios de Aldo Pérez (2003) para argumentar los elementos esenciales que se debe tener en cuenta para la elaboración de este plan.

Este debe contener los siguientes cinco enfoques, siendo equilibrado e integral, no debiéndose emplear un solo enfoque, sino la combinación de ellos:

- a. **Enfoque Tradicional:** Se buscan en el pasado las respuestas a los problemas del presente y se trata de imitar o mantener los éxitos alcanzados en otra época. Se supone que lo realizado es correcto y se profesa una devoción ciega al pasado. Se basa en la actividad o conjunto de ellas, que se han realizado.
- b. **Enfoque de Actualidad:** Está basado en el contexto, retomando aquellas actividades o servicios que están de moda, es decir, por imitación se adoptan las actividades novedosas.
- c. **Enfoque de Opinión y Deseos:** Se basa en el usuario o en la población de la que, a través de encuestas o inventarios, se obtienen datos sobre las actividades recreativas que éstos deseen realizar.
- d. **Enfoque Autoritario:** Está basado en el programador, la experiencia del especialista y sus opiniones, vertidas en un plan. El dirigente, voluntario o profesional, toma las decisiones basado en sus opiniones y experiencias personales. Esto genera un plan de actividades uniformes dentro de un marco Sumamente limitado
- e. **Enfoque Socio-Político:** Enfoque Socio-Político: Basado en la Institución, de quien se derivan líneas y normas para la formación de plan de actividades físicas recreativas este debe contener todas las áreas de expresión, para ser considerado integral, sin embargo, y de acuerdo con los intereses de la población, habrá que seleccionar aquellas áreas y actividades que mejor sean aceptadas.

## **Clasificación del plan de actividades recreativas**

Se pueden clasificar tomando en cuenta tres criterios:

### **a. Según la temporalidad**, pueden ser:

- \_ Plan quincenal
- \_ Plan anual (calendario)
- \_ Plan trimestral (temporada)
- \_ Plan mensual
- \_ Plan semanal
- \_ Plan de sesión

### **b. Según la edad de los participantes**

- \_ Plan infantil
- \_ Plan juvenil
- \_ Plan de adultos
- \_ Plan para ancianos o tercera edad

### **c. Según su utilización**

- \_ Plan de uso único
- \_ Plan de uso constante.

## **Instrumentación y Aplicación del Plan**

Esto implica proveerlo de condiciones (espacios donde se desarrollen los planes y recursos necesarios para su ejecución, que es donde se lleva a cabo el plan). Esto se hace por medio del grupo de promotores, profesores, animadores y líderes o activistas, quienes ponen en práctica su capacidad de organización y habilidades.

La instrumentación exige una gran dedicación y esfuerzo por parte del grupo de recreación encargado del plan, pudiendo llegar a ser lenta, es una de las fases fundamentales para el proceso de la programación. Implica igualmente la selección de los espacios o sitios donde se desarrollaran las actividades que constituyen el contenido del plan.

Enfatizamos que un elemento de primer orden en el proceso de planificación recreativa es crear una oferta recreativa movilizativa, aceptada, educativa y creativa, pero no sobre la base de la demanda irracional, de una nueva

infraestructura recreativa, sino con la utilización objetiva de la existente, puesta a máxima explotación por las capacidades creadas de un personal técnico y de servicio, en condiciones de dar cumplimiento a los objetivos sociales de la recreación, en las condiciones concretas del desarrollo en nuestro país.

El control es una forma de medir y formular nuevos planes. A través de él se recolectan los datos y se conoce como se está desarrollando el cumplimiento de los objetivos del plan. El control debe cumplir las siguientes condiciones para que se desarrolle con efectividad:

- \_ Ser comprendido por todos aquellos que participan en la gestión y desarrollo del plan.
- \_ Ser concebido en función del plan y de la organización de los recursos tal como se haya elaborado.
- \_ Poner en evidencia las diferencias entre lo programado y lo logrado, e incluso debe posibilitar que nos anticipemos a la aparición de estas diferencias, para establecer las medidas correctoras antes que aparezcan.
- \_ Debe ser lo suficiente flexible para adaptarse a cualquier cambio en el plan.
- \_ Sus resultados deben tratarse de explicarse además de forma escrita y verbal, gráficamente, para que estén a disposición de todos aquellos que necesiten utilizarlos.
- \_ Debe buscar la participación activa en él de todos los responsables de las distintas áreas del plan.

Sin control es imposible el desarrollo del proceso y sin evaluación es imposible conocer la efectividad y el cumplimiento de los objetivos propuestos. Según Mommerrat Colomer (citada por Cervantes, 1992) es “un proceso crítico referido a acciones pasadas, con la finalidad de constatar en términos de aprobación o desaprobación, los progresos alcanzados en el plan propuesto y hacer en consecuencia las modificaciones necesarias respecto a las actividades futuras”. No se evalúa para justificarse, ni para recibir una buena calificación profesional, sino para conocer mejor el trabajo realizado, la realidad estructural, para descubrir nuevas perspectivas de acción, profundizar en la problemática que nos ocupa y aprovechar al máximo los recursos disponibles.

La **evaluación** debe realizarse en tres momentos del proceso planificación:

1. Antes de planificar: pensar que va a pasar en cada tipo de actividad.
2. En el momento de la aplicación del plan.

3. Con posterioridad a la aplicación del plan y siempre debe ser la mas amplia y profunda.

Las diferencias y características del control de la gestión y la evaluación final son:

1. El control de gestión continuado es más analítico, el de la evaluación final es más global.
2. En la final se reflexiona sobre toda la información recogida sistemáticamente en el control de la gestión.
3. Volvemos a aplicar la metodología de análisis de la demanda: nuevos sondeos, registro directo, paneles: entrevistamos a una serie de individuos que responden a determinadas características y siempre entrevistamos a los mismos (periódicamente), entrevistas a entidades, reuniones de grupo.
4. Debemos hacer una reflexión de como ha ido el año y lo comparamos con los objetivos planteados.
5. Para hacer una buena evaluación son necesarios unos buenos objetivos, tanto cuantitativos como cualitativos. Debemos reunir la observación directa individual y de grupo.

Por tanto concretamente la evaluación es la valorización y medición de las actividades realizadas para la ejecución de lo planificado con el fin de detectar las incongruencias y desviaciones y poder aplicar las medias y reajustes necesarios.

Para realizar los ajustes y disponer de nuevas alternativas a la ejecución del plan se requiere tener la información necesaria proporcionada por el control y la evaluación ejercida en todas las etapas del proceso de programación recreativa.

## **2.5 Fundamentación de la propuesta del plan de actividades físico recreativa. (Juventud libre de perjuicios)**

.El plan tiene como propósito el control de las actividades -recreativas en el marco del consejo popular, mediante planes integradores o puntuales basado

tanto en la recreación y socialización de los jóvenes en la comunidad , culminándose siempre con la celebración de un partido de béisbol y antes del desafío final, se llevarán a cabo partes de las tareas contempladas dentro del plan relacionadas con acciones propias del juego..

Con este plan han quedado elaboradas actividades físico -recreativas, adecuadas a las características, necesidades y preferencias de los jóvenes del consejo popular Santa Lucía, municipio Minas de Matahambre.

A continuación se presentan algunos criterios que han de tenerse en cuenta para seleccionar estos espacios:

### **EQUILIBRIO**

Entre las diferentes actividades: El plan debe ofrecer en lo posible la misma cantidad de actividades en las áreas de música, deportes.

- Entre las distintas edades: Posibilita la participación de otros grupos erarios.
- Entre los sexos: Dar la oportunidad de que participen hombres y mujeres.
- Entre las actividades formales e informales.

### **DIVERSIDAD**

• El plan debe comprender un amplio espectro de actividades para todos los gustos y necesidades.

- Referida a la organización y la presentación de la actividad en forma distinta.
- Diversidad de niveles de acuerdo al grado de habilidades de cada participante.

### **VARIEDAD**

- Al presentar actividades especiales que rompen la rutina y motivan la participación.
- Al complementar el plan con otras actividades.

### **FLEXIBILIDAD**

- Para responder a las necesidades cambiantes de los participantes.
- Para adicionar actividades nuevas que respondan a demandas especiales.

## **Objetivo General**

- Propiciar las herramientas necesarias para la cultura comunitaria a partir de un plan de actividades físico recreativa relacionadas con el juego de béisbol para los jóvenes entre 18 y 25 años del consejo popular Santa lucia Municipio Minas de Matahambre.

### **Objetivos Específicos**

- Diversificar las actividades físico recreativo a través de la incorporación de los jóvenes al juego de beisbol.
- Añadir al juego de beisbol como practicante o espectador a los miembros del consejo popular

## **, 2,6-- Programación del plan de actividades físico recreativas “Juventud libre de perjuicios”**

<b>No</b>	<b>Actividades</b>	<b>Lugar</b>	<b>Horario</b>	<b>Frecuencia</b>
1	Los atrapadores	Estadio	9.00 am	Semanal
2	El tambor mayor	Estadio	9.00 am	Semanal
3	Los dispadores	Estadio	9.00 am	Semanal
4	La fiesta de los strikes	Estadio	9.00 am	Semanal
5	.Los rápidos	Estadio	9.00 am	

				Semanal
6	Los certeros	Estadio	9.00 am	Semanal
7	La flecha	Estadio	9: am	Semanal

## 2,7 --- Descripción del plan de actividades físico recreativas (Juventud libre de perjuicios)

### **ACTIVIDAD# 1:**

Nombre: Los atrapadores

#### **Objetivo:**

Mostrar las habilidades individuales de fildeo de rolling , sumando a la población del consejo popular a las actividades recreativas

**.Organización:** Cada equipo seleccionará sus representantes y se situará en la base señalada, en espera que el compañero seleccionado para los rolling inicie su labor.

#### **Desarrollo:**

La actividad se inicia con las competencias antes mencionadas como parte de la actividad recreativa entre los dos equipos que jugaran ese día, la persona seleccionada tomará un bate y comenzara el bateo de rolling hacia los participantes.

#### **Reglas**

- El participante estará en competencia hasta que deje de atrapar un rolling
  - En la competencia cada participante tendrá dos oportunidades
- El ganador será el participante que mas rolling consecutivos haya fildeado

## **ACTIVIDAD# 2**

**Nombre:** El tambor mayor

**Objetivo:** Mostrar las habilidades individuales de los jonrones, sumando a la población del consejo popular a las actividades recreativas

**.Organización:** Consiste en que cada equipo distribuirá sus jugadores de acuerdo a sus características, intercalándose uno de cada equipo quienes escogerán su lanzador.

### **Desarrollo:**

El equipo al bate, presentará su lanzador e inicia con los lanzamientos de calentamientos y después los 5 válidos, solo tendrán validez los jonrones producidos por zona buena.

### **Reglas**

- Los árbitros y anotadores serán seleccionados por el combinado deportivo.
- En la competencia de la actividad recreativa cada participante tendrá una oportunidad.

Los jonrones producidos de foul no valen.

En caso de empate en la competencia de jonrones se irá a otra vuelta

## **ACTIVIDAD# 3:**

**Nombre:** Los dispadores



**Objetivo** Mostrar las habilidades individuales de la precisión del tiro sumando a la población del consejo popular a las actividades recreativas

:

**.Organización:** Consiste en que los jugadores seleccionados se ubicaran en el home play en el área del receptor recibirán lanzamientos del balk, donde estará ubicado un compañero para tal menester.

- Competencia de tiro al barril

**Desarrollo:** Los jugares seleccionados se ubicaran en el área del receptor, el recibirán un lanzamiento y ejecutará el tiro al barril.

### **Reglas**

-En la competencia de la actividad recreativa cada participante tendrá dos oportunidades

--En el caso de que ningún participante logre introducir el tiro dentro del barril ganara el tiro que mas cerca del barril haya quedado

### **ACTIVIDAD# 4:**

Nombre: La fiesta de los strike

**Objetivo:** Mostrar las habilidades individuales del lanzador , sumando a la población del consejo popular a las actividades recreativas

**.Organización:** Consiste en que los jugadores seleccionados se ubiquen en el círculo del área de lanzamientos. Quien lanza más strike resultará ganador

### **Desarrollo:**

La actividad se inicia con las competencias antes mencionadas como parte de la actividad recreativa entre los dos equipos que jugaran ese día, donde se tendrá en cuenta los puntos alcanzados por cada uno de las modalidades al concluir las mismas se efectuará el juego de beisbol modalidad “ al flojo”

donde el equipo ganador obtendrá 3 puntos, y a este se le sumara los alcanzados anteriormente hasta determinar un ganador

### **Reglas**

-Cada equipo presentara 2 integrantes en la modalidad

:- Cada uno de los integrantes realizará 5 lanzamientos de calentamientos.

-En la competencia cada participante tendrá dos oportunidades

-Resulta ganador el participante que más strike consecutivo haya dado.

### **ACTIVIDAD# 5:**

Nombre: los rápidos

**Objetivo:** Mostrar las habilidades individuales de la rapidez de traslación , sumando a la población del consejo popular a las actividades recreativas

**.Organización:** Los jugadores seleccionados se ubicaran en el home play, donde estará el árbitro encargado de dar la señal de salida, en primera estará el árbitro encargado de tomar el tiempo de cada participante.

- Competencia de home a primera

### **Desarrollo:**

A la señal del primer árbitro sale el competidor hasta primera base, lugar donde se tomara el tiempo realizado.

### **Reglas**

-Cada equipo presentara 2 integrantes en la modalidad

-Los árbitros y anotadores serán seleccionados por el combinado deportivo.

-En la competencia cada participante tendrá dos oportunidades.

-Resulta ganador el participante que haya realizado el menor tiempo

## **ACTIVIDAD# 6**

Nombre: los certeros

**Objetivo:** Mostrar las habilidades individuales de los tiros de los jardineros sumando a la población del consejo popular a las actividades recreativas

**.Organización:** Los jugadores seleccionados se colocarán en el jardín central de donde realizaran los tiros.

**Desarrollo:**

Un compañero seleccionado lanzará la pelota a poca altura, la cual será fildeado por el participante y realiza el tiro al home play.

**Reglas**

- Cada equipo presentará 2 integrantes.
- Cada participante realizará 5 tiros al home.

Resulta ganador el participante que su tiro este más próximo al home.

## **ACTIVIDAD# 7**

Nombre: La flecha

**Objetivo:** Mostrar las habilidades individuales resistencia a la rapidez , sumando a la población del consejo popular a las actividades recreativas

**.Organización:** Los jugadores seleccionados por los respectivos equipos se ubicarán en el home play, donde estarán ubicados los árbitros actuantes, quienes se encargaran de la arrancada y la toma del tiempo.

- Competencia de carreras la vuelta al cuadro.

**Desarrollo:**

A la señal del árbitro sale el primer participante quien a su llegada a home se le tomará el tiempo. el cual será codificado y anunciado por la amplificación local.

## **Reglas**

- Cada equipo presentara 2 integrantes.
- Los árbitros y anotadores serán seleccionados por el combinado deportivo.
- En las competencias de las actividades recreativas cada participante tendrá una oportunidad.
- Es obligado pisar todas las bases
- Resulta ganador el participante que haya realizado el menor tiempo en la vuelta al cuadro.

## **2.8 ---Orientaciones Metodológicas organizativas.**

- El equipo representativo de cada barrio estará conformado por 24 integrantes.
- Para el desarrollo de las competencias de habilidades debe presentarse un equipo integrado por 6 miembros
- Cada uno de los integrantes de los equipos deben tener como mínimo una participación dentro de las competencias de habilidades.
- El equipo que resulte ganador en las competencias de habilidades obtendrá 3 puntos y el del juego de béisbol 2 puntos.
- El equipo que no se presente a las competencias de habilidades no alcanzará punto alguno.
- Gana el equipo que más puntos acumule.

## **2. 9 Control y evaluación del plan de actividades físico recreativas (Juventud libre de perjuicios)**

El control No es mas que el conocimiento de desarrollo del proceso del plan de actividades a través de:

La aplicación de nuevos sondeos, entrevistas de forma sistemática

Evaluación : No es mas que el conocimiento sobre el cumplimiento de los objetivos propuestos entes momentos

- Antes de planificar ( aquí se planifica como se realizara cada una de las actividades )
- En el momento en que se esta aplicando
- Después de la aplicación del plan ( es la evaluación mas profunda )

## **2. 10 --- Valoración práctica sobre la utilidad del plan de actividades físico recreativas para la incorporación al juego de béisbol de los jóvenes entre 18 y 25 años del consejo popular Santa Lucia.**

**Tabla sobre el análisis de los resultados de la entrevista a los jóvenes entre 18 y 25 años después de haber realizado la propuesta.**

Preguntas	Inicial	Final	Test de significación	Décima de proporción
Deportes preferidos	63,3%	92,3%	0,00	Altamente significativo
Correspondencia entre el deporte seleccionado y la practica del mismo	16,6 %	100%	0,08	Significativo
Preferencia por del horario para la practica	85,6%	100%	0,00	Altamente significativo
AFR ofertadas en la comunidad cubre las necesidades personales de los jóvenes	8%	76%	0,00	Altamente significativo
Le gustaría asociarse a	62 %	96%	0,00	Altamente

la realización de encuentros de beisbol inter barrios				significativo
---	--	--	--	---------------

**Tabla sobre el análisis de los resultados de encuesta a los jóvenes entre 18 y 25 años después de haber realizado la propuesta.**

Preguntas	Inicial	Final	Test de significación	Docima de proporción
Preferencias por las actividades recreativas Relacionadas con el béisbol	98%	100%	0,4	Muy significativo
Preferencias por las competencias de habilidades Del deporte béisbol.	74%	97%	0,3	Muy significativo
Diga las habilidades relacionadas con el beisbol que usted prefiere	66%	95%	0,0	Altamente significativo
Preferencias por el juego de béisbol al Flojo	93%	91%	0,5	Muy significativo
Desea afiliarse algún grupo para representar un barrio				

**Tabla sobre el análisis de los resultados de entrevista a los directivos de la comunidad después de haber realizado la propuesta.**

Preguntas	Inicial	Final	Test de significación	Docima de proporción
Considera necesario incluir otras actividades físicas recreativo par los jóvenes del consejo popular.	12 %	100%	0.00	Altamente significativo
Incorporar el juego de beisbol para los jóvenes en el consejo popular será a su juicio una oferta mas o una necesidad	30 %	94%	0,00	Altamente significativo
Cuales son las actividades predilectas por los jóvenes en la comunidad	64%	94%	0,00	Altamente significativo

## Conclusiones

1----Los antecedentes teóricos existente sobre la incorporación al proceso de recreación físico recreativas, deben realizarse de forma dirigida y organizada constituyendo así, una actividad sana ,alegre ,educativa ,que desarrolle positivamente a los practicantes desde el punto de vista psíquico ,físico y social.

2----L a caracterización sobre la situación actual nos permitió confirmar la preferencia por el juego de beisbol como tradición de la comunidad, por lo se hace necesario habilitar condiciones que propicien una recreación variada dentro del consejo popular.

3--- Para que la propuesta del plan de actividades físico recreativas para la incorporación al juego de beisbol, fuese equilibrado e integral se tuvo en cuenta la combinación de los diferentes enfoques (tradicional) (actualidad) (opinión y deseos) (autoritario) y (sociopolítico)

4----La valoración sobre de La utilidad del plan de actividades físico recreativas para la incorporación al juego de beisbol se realizo practica ,sobre la base de encuestas y entrevistas a la muestra seleccionada y directivos de la comunidad se aplico el método estadístico inferencial, comparando los resultados antes y después de la propuesta así como el test de significación y la docima de proporción .



## **Recomendaciones**

1--- Sociabilizar los resultados de la investigación en eventos científicos en el municipio con el objetivo de que este pueda realizar en otros consejos populares del territorio y captar otros talentos como ha sucedido en estos últimos tiempos.

2—Analizar en conjunto con las diferentes organizaciones de masas del territorio, como la incorporación al juego de beisbol en los jóvenes, contribuye en la disminución de los factores de riesgo ya constatado por el personal autorizado al respecto.

## **Bibliografía**

1. Artazcoz, M M. y Ossa, A. (2002). Algunos aportes de la recreación dirigida para la construcción de la convivencia y la paz. Ponencia VII Congreso Nacional de Recreación. II Encuentro Latinoamericano de Recreación y Tiempo Libre ELAREL. <http://www.funlibre.org>.
2. Bello, D. Zoe, y Casales, J. (2003). Psicología social. Editorial Félix Varela.
3. Barrientos, J, G. (2005). Propuesta de programación recreativo físico deportiva, para escuelas y barrios urbanos marginales del departamento de Chiquimula Guatemala, Trabajo de diploma, Facultad de Cultura Física de Pinar del Río.
4. Cagigal, J M. (1971). "Ocio y deporte en nuestro tiempo". citius, altius, fortius.- tomo XIII, Fascículo 1-4: 79-119.
5. Camerino F, O. (2000). Deporte recreativo (pp. 7-19). España: INDE Publicaciones.
6. Camerino, O. y Castañer, M. (1988). "1001 ejercicios y juegos de recreación". Barcelona. Paidotribo.
7. Cañizares, M. y Col. (2003) El adulto mayor y la actividad física. Un enfoque desde la Psicología del Desarrollo. CD Universalización
8. Carmona, K. (1981), Técnicas corporales para la tercera edad, Paidós, Buenos Aires.
9. Casals, N. (2000). La Recreación y sus Efectos en Espacios Periurbanos.
10. Castellanos, R. (2003). Psicología: selección de textos. La Habana, Editorial Félix Varela.
11. Castro R, F. (1991). Discurso clausura del VI Forum nacional de Ciencia y Técnica.--La Habana, diciembre 1991.
12. Ceballos, J. (2001) El Adulto Mayor y la Actividad Física. Libro Electrónico. La Habana. ISCF.

13. CITMA. (1996). Proyecto de trabajo comunitario integrado. -- La habana.
14. Constitución de la República de Cuba, Código Civil, Ley No 59, Artículos 22 y 24.
15. Cuenca, M. (2000). Aspectos del ocio en la actualidad. Bilbao: Ed. Universidad de Deusto.
16. Cuesta, A. (1990). Organización del trabajo y psicología social. La Habana, Editorial Ciencias Sociales
17. Daltel W (1976). Juegos Recreativos. Berlín. Editorial Tribore. 1976.- 136p.
18. Declaración de los Derechos Humanos, Asamblea General de las Naciones Unidas, Artículo 52.
19. Dirección Nacional Recreación Del INDER (2000-2003). "Documentos rectores de la recreación física en cuba". La habana, Cuba.
20. Dumazedier, J. (1964). Hacia una civilización del ocio. Ed. Estela Barcelona. (1975). sociología empírica del ocio. Ed. nacional. Madrid.
21. Dumazedier, J. (1971). Realidades del ocio e ideologías. En J.Dumazedier y otros, Ocio y sociedad de clases. Barcelona: Fontanella.
22. Estévez, M. (2004). La Investigación Científica en la Actividad Física: su Metodología.
23. Fuentes, E y Núñez, R. (2001). Tiempo libre. España. Revista digital, EF deportes.
24. García, M. E. (1996). "Planificación de actividades para el recreo y el ocio" (Apuntes de la asignatura). Granada.
25. García, M., Hernández, A. y Santana, O. (1982) "Los estudios del presupuesto de tiempo de la población y sus aplicaciones". En investigaciones científicas de la demanda en Cuba. Editorial Orbe, La habana.

26. González, M. (1998) Metodología para el diagnóstico.- En Con Luz Propia.- No 2.-p42-43.- La Habana.
27. Grushin, O (1966). Tiempo Libre y Desarrollo Social. Instituto de Demanda Interna. Centro de Información Científico Técnico.
28. Guerrero S. (s/a). Algunos aspectos de la historicidad de la recreación en Cuba. Ciudad de la Habana: Impresora José A. Huelga.
29. Gutemberg, E. (1994). Planificación social y gestión de la comunidad. Madrid: Ed. Popular.
30. Héctor Arias (2002) Editorial Somos Cuba L Habana, Cuba.
31. Hernández Collazo, C.A. (2009). Programa de actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre del adulto mayor de 604 -74 años del consejo popular Capitán San Luís. Tesis de Maestría. FCF Pinar del Río
32. Laloup, J. y otros. (1969). El problema del tiempo libre. Ed. Nacional, Madrid.
33. Los Santos, S. (2002) La recreación en la tercera edad. Disponible en la Revista digital <http://www.efdeportes.com> Año 8. Nº 50. Buenos Aires. Visitado el 30 de julio de 2009.
34. Martínez G, M. (1995). "Educación del ocio y el tiempo libre con actividades física alternativas". Madrid. Librerías deportivas Esteban Sanz.
35. Martínez S, A.R. (2009) Plan de actividades físicas recreativas para la ocupación del tiempo libre de los adolescentes de 13-15 al de la comunidad Ceferino Fernández Viña. Tesis de Maestría. FCF Pinar del Río.
36. Mesa, G. (2000) La formación Profesional en Recreación: ¿un Sueño o una Necesidad Indiscutible? Documentos Universidad del Valle Memorias Dimensión Social del Deporte y la Recreación Públicos: Un enfoque de derechos. Instituto de deportes y recreación INDER Medellín. Medellín, 12 y 13 de mayo.

37. Moreira, R. (1977). La recreación un fenómeno socio-cultural. Impresora José A. Huelga. La Habana, Cuba.
38. Moreira. R. (1979). La Recreación un fenómeno Sociocultural. Ciudad de La Habana: Editorial José A. Huelga.
39. Morel, V. (2003). Ejercicio y el Adulto Mayor
40. Orosa, Fraiz, T. (2002) La tercer edad y la familia una mirada desde el adulto mayor. Ciudad de la Habana. Editorial Félix Varela.
41. Pérez, A. y. Col. (1997). Recreación: Fundamentos Teóricos- Metodológicos. La Habana, I. S.C.F. Manuel Fajardo
42. Pont, P. (2004), Tercera edad. Actividad física y salud, Paidotribo. Noviembre, Barcelona.
43. Proveyera, C. (2006). Selección de lecturas sobre trabajo social comunitario. Villa Clara, Centro Gráfico.
44. Scharll, M. (1994). La actividad física en la tercera edad, Paidotribo, Barcelona.
45. Tercera edad sana. Ejercicios preventivos y terapéuticos. Instituto Nacional de Servicios Sociales, colección Rehabilitación, Madrid. -(1983).
46. Zaldívar, D. (2006) El ocio y la recreación en el adulto mayor. Disponible en <http://www.saludparalavida.com> Visitado el 15 de febrero de 2009.
47. Martínez Osaba Goenag (2002) El niño Linares, Pinar del Rio Editorial Hermanos Loynaz.
48. Martínez Osaba Goenag (2002) Cosas de la pelota de De cooperación en las Minas Pinar del Rio editorial Hermanos Loynaz
49. Ealo de la Herran Juan (2006) Beisbol, La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
50. Pérez Sánchez Aldo (2005) Recreación fundamento teórico Metodológico Capítulo # 1
51. Pérez Sánchez Aldo (2002) tiempo libre y recreación y su relación Con la calidad de vida y el desarrollo individual en v congreso

de Latinoamérica de tiempo libre y recreación

- 52 Petrovski, A, V. (1978) Psicología pedagogía y de las edades  
Ciudad de la Habana, Editorial Pueblo y Educación.

# ANEXOS

## **Anexo .# 1:**

### **Guía de observación**

**Objetivo:** Obtener información sobre el comportamiento de los jóvenes en actividades físicas recreativas en le consejo popular Santa Lucía.

### **Aspectos a observar**

1—Participación en las actividades física recreativas ofertadas para la comunidad.

2---Preferencia por las actividades físico recreativas que se realizaban en la comunidad

3—Factores de riesgo que mas atentan contra la disciplina social en la comunidad ..

**. Guía de evaluación a las actividades observadas**

Total –15 actividades

Bien ---9 o mas = 60 %

Regular---8 a 6 = 40 y el 59 %

Mal -----5 o menos =39 % o menos

## **Anexo 2**

Grafico sobre la caracterización de la población joven del sexo masculino  
consejo popular Santa Lucía



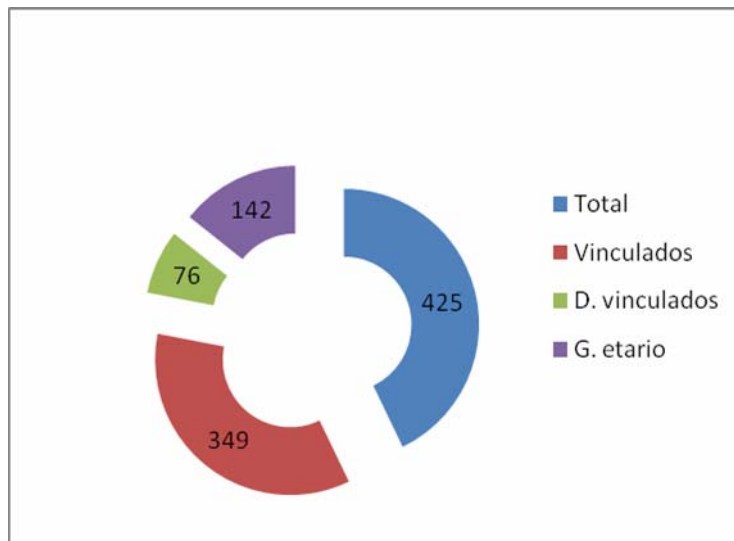
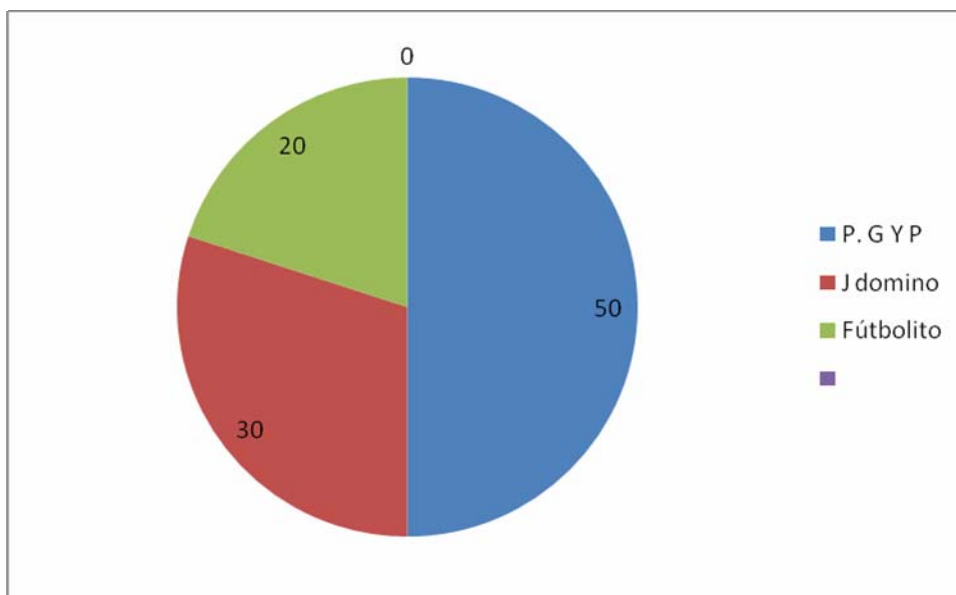
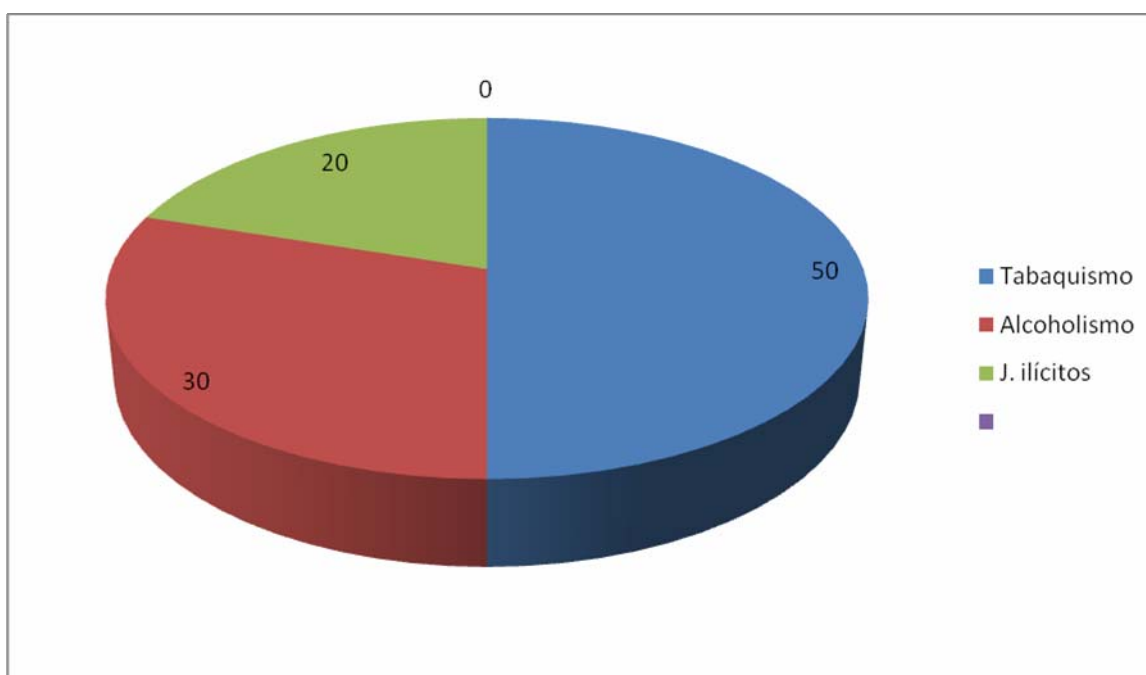


Grafico sobre las actividades físicas recreativas al mayor tiempo dedican los jóvenes.



### Anexo #3

Grafico sobre los factores de riesgo en los jóvenes que conducen a la indisciplina social en el consejo popular Santa Lucía.



## **Anexo # 4**

### ***Guía entrevista a los jóvenes de de la muestra***

**Objetivo:** Obtener información sobre la insatisfacción de los jóvenes en cuanto a su preferencia por los juegos de béisbol en la localidad en el consejo popular Santa Lucía del municipio Minas de Matahambre

:

#### **Cuestionario**

1. ¿Qué deporte prefieres practicar en la comunidad?
2. ¿Existe correspondencia entre el deporte seleccionado y la práctica del mismo?
- 3-- ¿Qué horario prefieres para la realización de la practica de deporte?

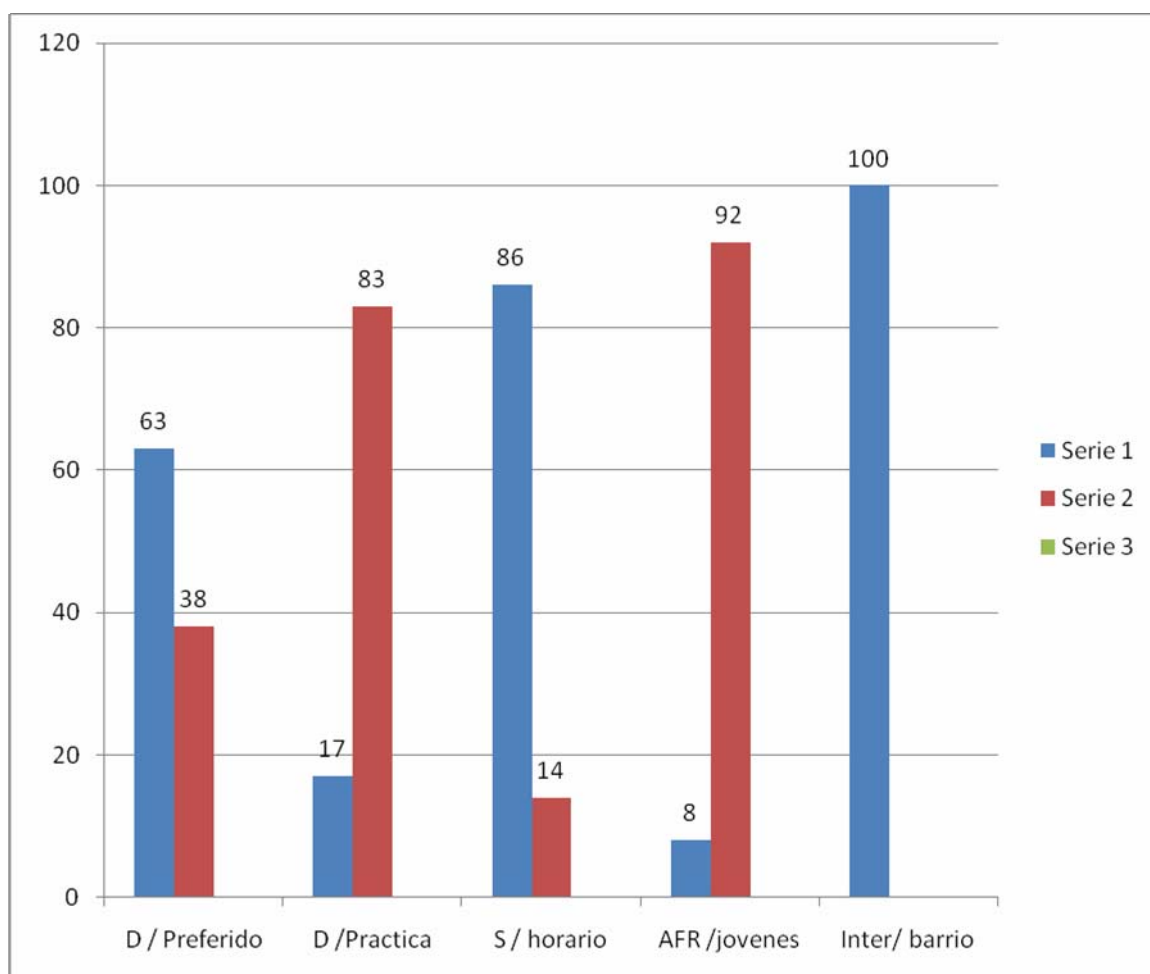
4.30 a 5.30 PM ----- 5.30 a 7.00 PM -----

4--¿Consideras que las actividades físico recreativas ofertadas en la comunidad satisface sus necesidades personales de los jóvenes entre 18 y 25 años?

5--¿Le gustaría asociarse a la realización de encuentros de beisbol inter barrios .?

## Anexo # 5

**Grafico sobre el análisis de los resultados de la entrevista a los jóvenes entre 18 y 25 años**



## **Anexo # 6**

### **Guía de la encuesta**

**Objetivo:** Conocer las características que están afectando el proceso de recreación comunitario

#### Cuestionario

1--¿preferencia por las actividades recreativas relacionadas con el béisbol?

2--¿Preferencias por las competencias de habilidades antes del juego de Béisbol?

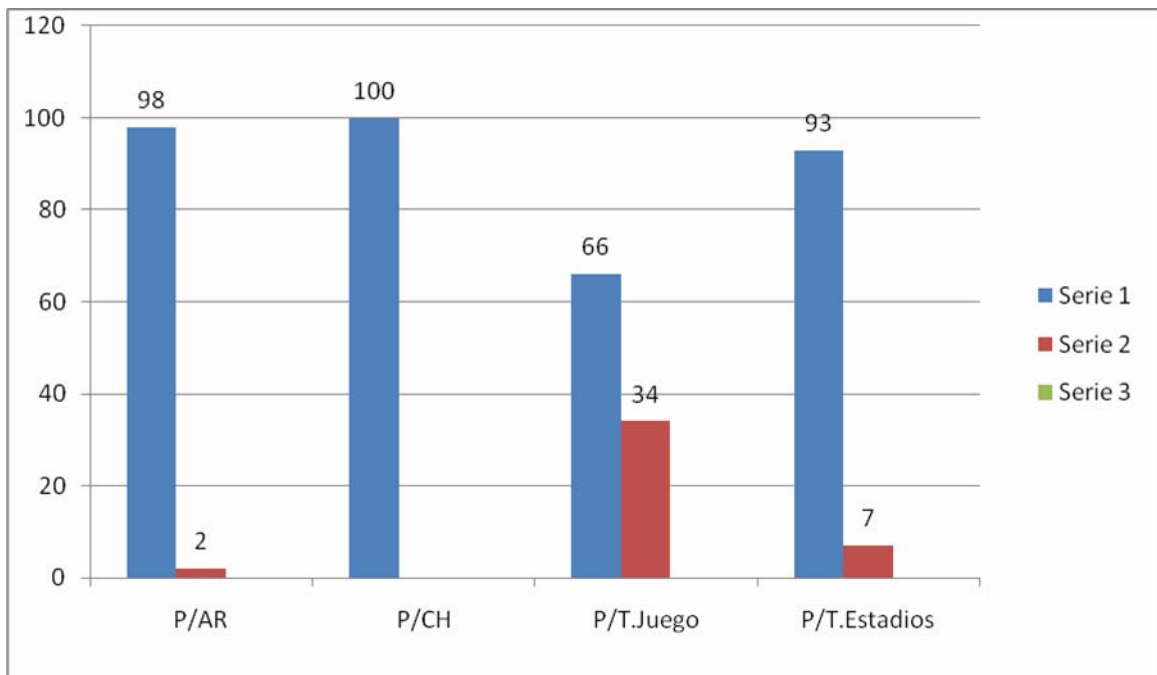
3--- ¿Que competencias de habilidades les gustaría realizar?

4— ¿Preferencia por el juego de béisbol al flojo?

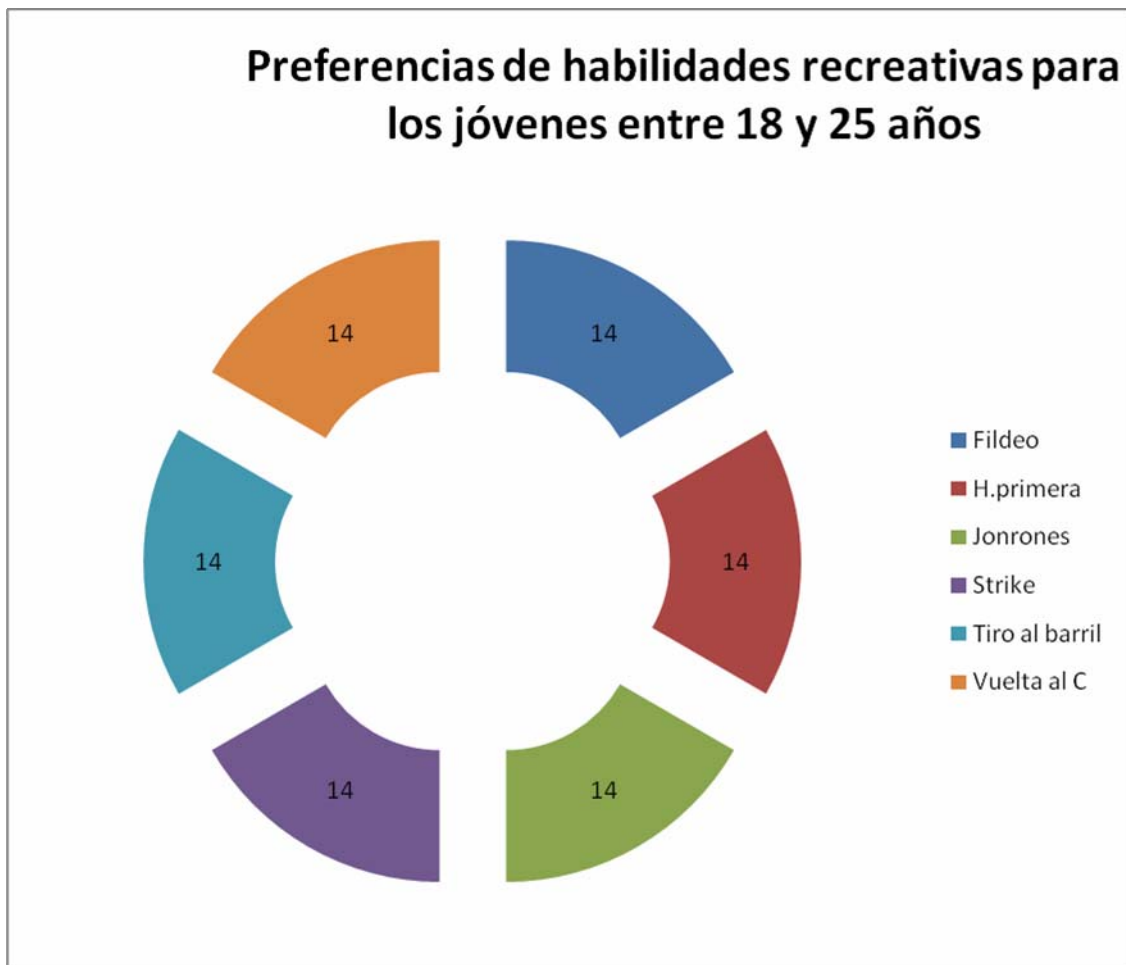
5- ¿Desea afiliarse algún grupo para representar un barrio?

## **Anexo # 7**

**Grafico sobre el análisis de los resultados de encuesta a los jóvenes entre 18 y 25 años**



## Anexo # 8



## Anexo # 9

### Guía de entrevista a los directivos.

**Objetivos:** Conocer el criterio de los directivos de la comunidad referentes a las actividades físico recreativo para los jóvenes entre 18 y 25 años

1-¿Consideras necesario incluir otras actividades físico recreativas para los jóvenes en el consejo popular?

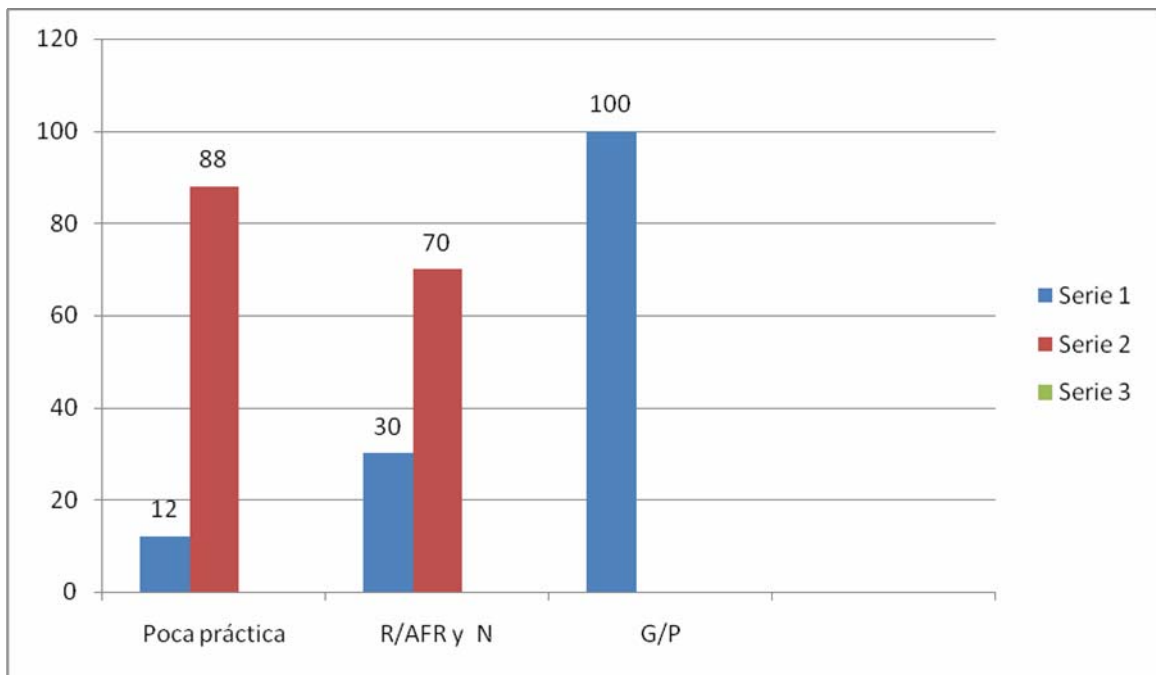


2-Incorporar el juego de beisbol para los jóvenes en el consejo popular será a su juicio una oferta mas o una necesidad?

3-¿Cuáles son las actividades predilectas para los jóvenes en la comunidad?

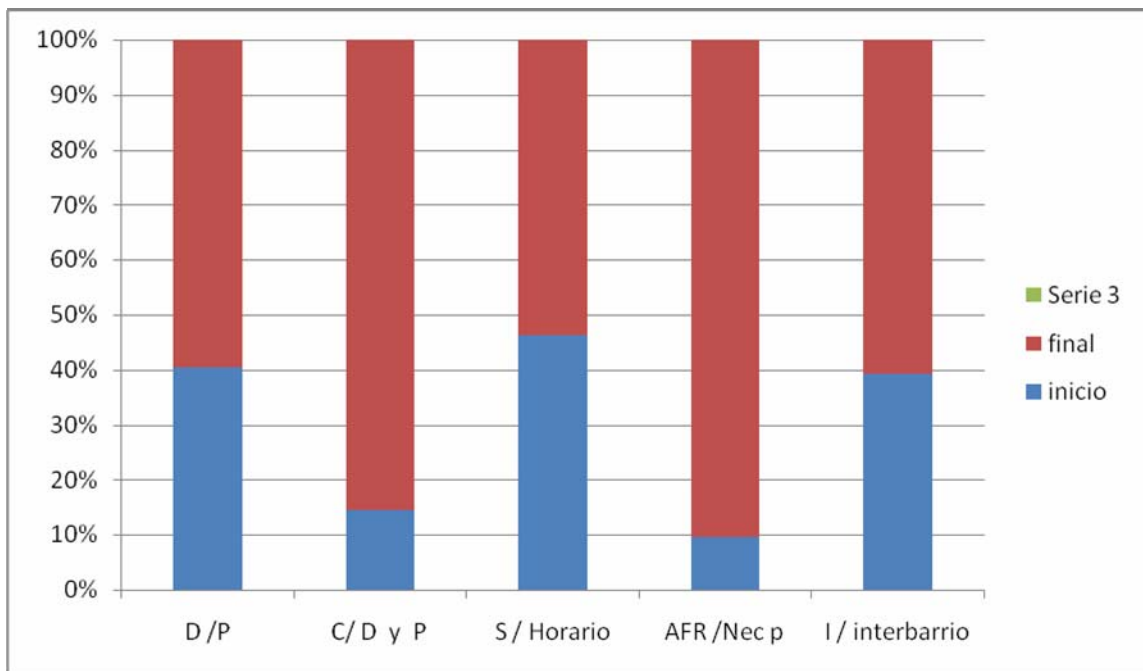
## **Anexo # 10**

### **Grafico de entrevista a los directivos**



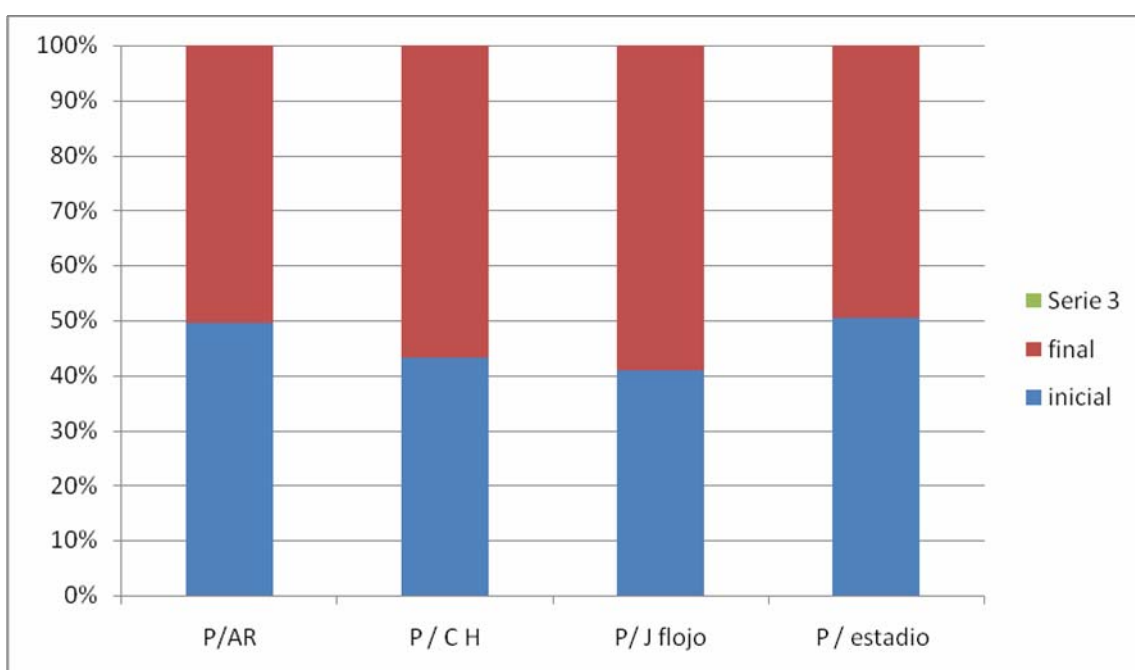
## Anexo # 11

**Grafico sobre el análisis de los resultados de la entrevista a los jóvenes entre 18 y 25 años después de haber realizado la propuesta**



## Anexo # 12

**Grafico sobre el análisis de los resultados de encuesta a los jóvenes entre 18 y 25 años después de haber realizado la propuesta.**



**Anexo # 13**

**Grafico sobre el análisis de los resultados de entrevista a los directivos de la comunidad después de haber realizado la propuesta.**

